



# શુભસંગ્રહ

## ભાગ પહેલો

ખાસ ઉપયોગી ૯૬ લેખો

૯૬૨

આવૃત્તિ ચોથી, પ્રત ૫૩૦૦, કુલ પ્રત ૨૧૬૦૦, સ. ૧૯૮૪

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય તરફથી

સંપાદક અને પ્રકાશક. લિશ્તુ-અખંડાનંદ

અમદાવાદ અને મુંબઈ-૨

મૂલ્ય ૦૧, પાંચ પ્રતનો ૧)

## પ્રત્યેક વાંચનારને સૂચના



આ પુસ્તકમાની જે જે હકીકતો તમને વ્યાજખી લાગે તે તે મુજબ વર્તવા કાળજી રાખશો, તો તેથી તમને લાભજ થશે.

આવા પુસ્તકો વાંચ્યા પછી ધરના તેમજ બહારના અન્ય સંજ્ઞનોને તે વાચવા આપશો, કે વાંચી સંભળાવશો; એટલી તમે લોકસેવા બજાવી-એમ સમજશો.

આ “શુભસંગ્રહ”ના બીજા ભાગો પણ આવા ને આવા ખાસ ઉપયોગી લેખોથી ભરપૂર હોય તે દરેકનું કદ ૬૧૧ x ૧૦, તથા પાકાં પૂઠા સાથે તેનું મૂલ્ય નીચે મુજબ છે.-

શુભસંગ્રહ-ભાગ બીજો-૫૪ પૃષ્ઠ ... મૂલ્ય રા.

શુભસંગ્રહ-ભાગ ત્રીજો-,, ૪૩૨ ... ,, ૧૧

શુભસંગ્રહ-ભાગ ચોથો-છપાય છે.તે ૧૯૮૫ના શિયાળામાં નીકળશે.

શુભસંગ્રહ-૫ઠ્ઠા ભાગો-દર વર્ષે એકાદ નીકળશે.

અમદાવાદ-‘સસ્તુ સાહિત્ય મુદ્રણાલય’માં

ભિક્ષુ-અખડાનંદના પ્રબંધથી મુદ્રિત

# નિવેદન

પહેલી આવૃત્તિ વખતે આ ગ્રંથની ચારેક હજાર પ્રત વિવિધ ગ્રંથમાળાના ગ્રાહકોને ૧૯૮૨ ના અધિક ચૈત્રના અધિક અંકતરીકે અપાઇ હતી. ઉપરાત ખીજી તેટલી પ્રત એક ઉદાર સજ્જન-કે જેમણે પોતાના નામદામ આપવાની ના કહી હતી તેમના ખર્ચથી અન્ય સજ્જનોને પણ વિનામૂલ્યે અપાઇ હતી. એ ઉપરાત ત્રણ હજાર પ્રત ખીજી આવૃત્તિરૂપે ભેગાભેગી નીકળેલી, તે પણ તુરતમાં ખપી ગઇ પુષ્કળ માગણી થવાથી ત્રીજી આવૃત્તિ પાચ હજાર પ્રતરૂપે છપાઇ હતી અને તે પણ ખપી જવાથી આ ચોથી આવૃત્તિ છપાઇ છે.

આ પુસ્તકદ્વારા રજુ થયેલા ટુંકા, પરંતુ હિતાવહ ક્ષેષોની સાથે, તે તે લેખકોના નામ તેમજ જે માસિકો, વર્તમાનપત્રો વગેરે ઉપરથી તે લેવાયલા, તેઓના પણ નામ જનતાસુધી અપાયા છેજ. આ સ્થળે તે તે તમામ લેખક તેમજ તેના સપાદક અને પ્રકાશક મહાશયોનો સપ્રેમ આભાર માનીએ છીએ.

આષાઢ-૧૯૮૪

ભિક્ષુ-અખંડાનંદ

## શુદ્ધિપત્ર

પૃષ્ઠ	પંક્તિ	અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૩ ... ૧૦ ...	વિદ્યાર્થીની ...	...	વિદ્યાર્થીની
૯ ... ૧૬ ...	આભ ...	...	આભા
૧૨૯ ... ૨૪ ...	તૂટ્યા ...	...	ખૂટ્યા
૧૫૫ ... ૨૪ ...	પ્રાર્થના ...	...	પ્રાર્થના

# ગ્રંથવાંચનના ફાયદા

यस्यास्ति सद्ग्रन्थविमर्शभाग्यं किं तस्य शुष्कैश्चपलाविनोदैः ।

અર્થાત્—જેના ભાગ્યમા સારા સારા ગ્રંથો વાચવાવિચારવાના હોય તેના આગળ ચચળ લક્ષ્મીના શુષ્ક વિનોદ શી ગણત્રીમા છે ?

મહાત્મા ગાંધીજી લખેછે કે:—“પુસ્તકોમા હું ગુંથાયલો રહી શકતો તેથી મને બે માસ વધારે જેલ મળત તોપણ હું કાયર નહિ થાત; એટલુંજ નહિ પણ મારા જ્ઞાનમા ઉપયોગી વધારો કરી શકવાથી હું ઉઘટો વધારે સુખચેનમા રહેત. હું માનું છું કે, જેને સારાં પુસ્તકો વાચવાનો શોખ છે; તે ગમે તે જગ્યાએ એકાતવાસ સહેલાઈથી વેઠી શકે છે. x x એક પછી બીજી, એમ પુસ્તકો વાચતા છેવટે તમે અંતર વિચાર પણ કરી શકશો.”

સ્વ૦ પઢિયાર લખે છે કે “બધુઓ ! સારા પુસ્તકો એટલે શું એ તમે જાણો છો ? સારા પુસ્તકોની કિંમત તમે સમજો છો ? ભાઈ ! હજી આપણે એ નથી સમજતા જે સમજતા હોઈએ તો આપણી હાલત આવી ન હોય મને તો લાગે છે કે, જ્ઞાન એ આકાશ છે અને પુસ્તકો એ તેમા શોભી રહેલા ચળકતા તારાઓ છે, જ્ઞાન એ સમુદ્રનો લાલ લઈ શકાય તેવા વહાણો છે, જ્ઞાન એ સૂર્ય છે અને આપણા ઘરમા આવી શકે એવા તેનો પ્રકાશ તે પુસ્તકો છે; જ્ઞાન એ સોનાની ખાણ છે, અને પુસ્તકો તે તેમાથી બનાવેલા આપણને બધેસતતા થાય તેવા દાગીના છે, જ્ઞાન એ મોટામાં મોટી કિંમતી નોટો છે, અને પુસ્તકો તે આપણા રોજના ઉપયોગમા આવી શકે એવા ચલણી સિક્કાઓ છે; જ્ઞાન વાયુ છે, અને પુસ્તકો તે એ વાયુને ખેંચી લાવી ઠંડક આપનાર પખાઓ છે. જ્ઞાન એ અગ્નિ છે અને પુસ્તકો તે એ અગ્નિથી પ્રકટાવેલા દીવા છે; જ્ઞાન એ પૃથ્વી છે અને પુસ્તકો તે આપણને રહેવાલાયક મકાનો છે, જ્ઞાન તે અનાજનો ભંડાર છે, અને પુસ્તકો તે રોટલા છે; જ્ઞાન તે મેઘ છે, અને પુસ્તકો તે આપણા ઘરમાં રહી શકે તેવા પાણી ભરેલાં માટલા છે; અને જ્ઞાન તે સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા છે, અને પુસ્તકો તે એનો રસ્તો દેખાડનાર પૂજનીય દેવો છે.”

# ઉત્તમ જીવનચરિત્રોનો મહિમા

(અનેક અનુભવીઓના ઉદ્ગાર)

“જીવનચરિત્ર એ એક પ્રકારનું દર્પણ છે જેમ અરીસામાં મનુષ્ય પોતાની મુખાકૃતિમાં ખાંપણ જુએ છે, ત્યારે તે ખાંપણને કાઢી નાખવા અને કાંતિમા વધારો કરવામાટે પ્રયત્ન કરે છે, તેમ ચરિત્રરૂપી આરસી-થી પોતાના સ્વભાવમાં વળગેલા બૂખણદૂષણ-ગુણરોષ તેના જોવામાં આવે છે અને તેમ થનાં દૂષણનો ક્ષય અને બૂખણમા વૃદ્ધિ કરવાને તે જાગ્રત થાય છે. વળી જે કામ ઉપદેશ અથવા ભોધ કરવાથી નથી બનતું, તે કામ જીવનચરિત્ર સહેલાઈથી પાર પાડી શકે છે અતિ શ્રમ લઈ વિદ્યા ભણી, દેશાટન કરી, સ્વદેશહિતેચ્છુ થાઓ, પ્રેમશૌર્ય દાખવો, એવા એવા ઉપદેશો મુખે અથવા પુસ્તકદ્વારા કરવાથી જેની અને જેટલી અસર થાય છે, તેના કરતાં એવા ગુણોથી અંકિત થઈ પ્રખ્યાતિમાં આવેલા મહા-પુરુષોનાં ચરિત્ર વાંચી સમજવાથી અધિક અસર થાય છે. વાચનારના સ્મરણસ્થાનમા તેની આખાદ ઉંડી છાપ પડે છે અને પછી તે તેને અનુસરીને ઉત્તેજિત થઈને બહાર પડે છે.”

“ઉત્તમ ચરિત્રો તેના વાચકને ખતાવી આપે છે કે, એક સામાન્ય મનુષ્ય પણ પોતાનું જીવન કેટલી હદસુધી ઉત્તમ બનાવી શકે તથા કેવાં ઉચ્ચ કાર્ય કરી શકે અને જગતમા કેટલી બધી સારી અસરો ફેલાવી શકે.”

“ચરિત્રોના વાચનથી આપણું ચૈતન્ય સતેજ થાય છે, આપણી આશામા જીવન આવે છે; આપણામાં નવું જીવત, હિંમત અને શ્રદ્ધા આવે છે. આપણે આપણા ઉપર તેમજ બીજાઓ ઉપર શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ, આપણામાં મહત્વાકાંક્ષા જાગે છે, આપણે રૂડાં કાર્યોમાં જોડાઈએ છીએ અને મોટાઓનાં કામોમાં તેમની સાથે હિસ્સેદાર થવાને ઉશ્કેરાઈએ છીએ. આ પ્રમાણે જીવનચરિત્રોના સહવાસમાં રહેવું, જીવવું અને તેમાંના દાખલાઓ જોઈને સ્ફૂર્તિમાન થવું, એ તે તે ઉત્તમ આત્માઓના સમાગમમાં આવવા બરાબર અને ઉત્તમ મંડળમાં સહવાસ કરવા બરાબર છે.”



# અનુક્રમણિકા

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક	ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
૧	ઓહિદુઓ ! તમે સાલજો !	૧		વહેલી પડાવે પોકો. ...	૨૬
૨	તમારા બાળકામાટે ઉત્તમ શિક્ષણ ... .. ૨		૧૯	ચા-ફાફીનો વધુ ચિતાર	૩૨
૩	સાગર ઓળગવાનો સેતુ	૩	૨૦	ગામઠીવનસ્પતિઓનીચ્હા	૩૪
૪	વટાળવાના ખિસ્તીઓના પ્રયત્નો ... .. ૫		૨૧	ચ્હા એ શુ જોરાક છે ?	૩૫
૫	નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓ ... .. ૭		૨૨	ચ્હા અને ફાફી ...	૩૫
૬	હસવું એટલે શુ ? ... ૮		૨૩	હડી કુલશી મલાઈ !	
૭	જીજ્ઞાસુને જાણકારે ! .. ૯			ગરમાગરમ ચ્હા ફાફી !	૩૬
૮	ઉજળા જીવનની સાધના	૧૧	૨૪	‘સેકેરીન’ દેશનિકાલ !	૩૭
૯	પુરુષોને એ બોલ ... ૧૧		૨૫	તમાકુના ભક્તોને ભયની ચેતવણી ... .. ૩૮	
૧૦	મુઠીવાદ અથવા મહેલા-તની શીલસુશી... .. ૧૩		૨૬	લક્ષ્મીનો વાસ... .. ૪૩	
૧૧	જીવજંતુઓની પ્રજા... ૧૩		૨૭	દીકરીને પણ દીકરા જેવીજ ગણો .. ૪૪	
૧૨	ખેતીની ઉપજ અને કસ ઘટવાનું કારણ ... ૧૪		૨૮	ભાગ્યવિધાત્રી ... .. ૪૫	
૧૩	ચાલવાની આવશ્યકતા	૧૯	૨૯	ધરેણા પહેરાવી બાળકોના ખૂન કરાવો !	૪૬
૧૪	હોળી શામાટે ? ... ૨૦		૩૦	ધર્મરૂપી ખાલા-કાણુ કોનો શત્રુ છે ! ... ૪૮	
૧૫	આ તે મોટરગારી કે મોતગારી ! ... .. ૨૨		૩૧	સ્વપત્ની-વ્યભિચાર ... ૪૯	
૧૬	નવું જગત ... .. ૨૪		૩૨	ધૂમ્રપાન કરવાના ફાયદા !	૫૩
૧૭	બાળલગ્ન ને ભારે લગ્નઅર્થ	૨૫	૩૩	ખીડીના શોષીનો સાવધાન	૫૪
૧૮	ચાહ ફાફી ને કોકો,		૩૪	ગુમરાજ વગેરે માટે કાળો સિદ્ધિરિયો મલમ ... ૫૫	
			૩૫	શિવાજી ન હોતા તો	

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
	સુ-નત હોત સખકી	૫૫
૩૬	જીવાની માણવાની રીતો	૫૭
૩૭	શિવાજી-મુક્તિના યુગનો	
	પિતા ... ..	૫૮
૩૮	સાહિત્ય એટલે શું ?	૬૦
૩૯	પતિસ્તોત્ર ... ..	૬૧
૪૦	નવવધૂને ૧૧ ઉપદેશ...	૬૨
૪૧	સ્ત્રીનો દરજ્જો અને	
	માતાનો મહિમા ...	૬૩
૪૨	પરદેશી ખાડ એટલે બ્ર-	
		૬૯
૪૩	મૃત્યુનો મહિમા અથવા	
	કાણુ-મોહોકાણુ ...	૭૨
૪૪	શીતળાની રસીથી થતા	
	મરણો ... ..	૭૭
૪૫	રખખરનાં રમકડાથી લાગુ	
	પડતું ઝેર ... ..	૭૯
૪૬	આરોગ્યવિષેના છૂટક	
	સ્મરણો... ..	૭૯
૪૭	ક્રોધથી માતાના ધાવણુમા	
	ઉપજતું ઝેર ... ..	૮૧
૪૮	ચુનો અને તેની વપરાશ-	
	ના લાભ ... ..	૮૨
૪૯	એક પ્રકારના રંગની અ-	
	નુપયોગિતા . . . .	૮૪
૫૦	સફેતો ચોપડવાની જીવ-	

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
	લેણુ ફેશન ... ..	૮૫
૫૧	દેશી પેદનકીલર ...	૮૬
૫૨	વિછીના કેટલાક ઉપાય	૮૭
૫૩	ગુગળના ધૂપનો મહિમા	૮૮
૫૪	રાધમીડાની મહત્તા ...	૯૦
૫૫	કચકડાની વસ્તુઓ વાપ-	
	રવામા પાપ છે. ...	૯૬
૫૬	લાકડા બાળવાથી થતા	
	ફાયદા ... ..	૯૭
૫૭	ગૌચર કે ગૌચરણુ...	૧૦૧
૫૮	લાખોજીવાનસ્ત્રીઓના ખૂત	૧૦૫
૫૯	બહેનો ! આ વાત ન	
	ભૂલશો... ..	૧૦૬
૬૦	સ્ત્રીઓને સૂચના ...	૧૦૭
૬૧	મેખલા-પ્રયોગ ...	૧૦૮
૬૨	સત્યલામા અને દ્રૌપદી	૧૦૯
૬૩	સતીમાહાત્મ્ય ...	૧૧૧
૬૪	દૂધની ભૂકીની બનાવટ	૧૧૩
૬૫	શક્તિની દવા ખાધને	
	મરનારાઓ'... ..	૧૧૪
૬૬	દાદરનો સહજ-મદત	
	દલાજ ... ..	૧૧૬
૬૭	મહાત્મા કપીર અને	
	પાપીનો પસ્તાવો ...	૧૧૭
૬૮	મહર્ષિના અમર આત્માને	
	વદન હો' ... ..	૧૧૮



ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક	ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
૬૯	સ્વામી વિવેકાનંદનો એક		૮૩	જ્ઞાનચારિત્ર્યને વધાર-	
	મહામંત્ર ... .. ૧૧૯			નારા વચનામૃત ... ૧૫૧	
૭૦	મૃત્યુલોકનુઅમૃત-છાશ	૧૨૦	૮૪	આખોનીસંભાળ-કેવી	
૭૧	કિમત અંગ્રેજીની કે			રીતે વાચવું ? .. ૧૬૩	
	શાન્તી ગણાય ? ... ૧૨૩		૮૫	નિર્જનતાને આરે .. ૧૬૪	
૭૨	“આગળ ધસો” માથી		૮૬	પ્રાત કાળની શાંતિ-	
	સોનેરી વચનો .. ૧૨૩			રોજ વહેલા ઉઠો ... ૧૬૪	
૭૩	ક્યા જર્મની ભારત કા		૮૭	સ્ત્રીજાતિના હૃદયને જરૂર	
	ઉપનિવેશ થા ? .. ૧૨૪			સમજળે, નહિ તો મોટા	
૭૪	જરા નેપોલિયન તરફ			ગુન્હેગાર થશો. ... ૧૬૮	
	પણુ જ્ઞેશો ? . . ૧૨૪		૮૮	પાણી સ્વચ્છ કરવાના	
૭૫	શૂરવીર પતિને મહા-			કેટલાક ઉપાય ... ૧૭૧	
	સતીની ભેટ .. ... ૧૨૫		૮૯	રામનવમી રામજય નિનો	
૭૬	એક કેળવણીકારનો અ-			ઉત્સવ ... .. ૧૭૩	
	ભિલાષ ... .. ૧૨૮		૯૦	ભારતીય સેવકો અને	
૭૭	જીવતાજગતાજોગીઓ	૧૨૯		આગેવાનો ' ... .. ૧૭૫	
૭૮	સૌરાષ્ટ્રનો સપૂત .	૧૩૨	૯૧	શિવાજી કી પ્રતિજ્ઞા .	૧૭૬
૭૯	કેટલીક ધરાણુ બાળ-		૯૨	હર હર મહાદેવ ... ૧૭૭	
	તોનું જ્ઞાન ... .. ૧૩૪		૯૩	આનંદસાગર બ્રહ્મની	
૮૦	કેટલીક ધરધતુ દવાઓ	૧૩૬		આરાધના ' ... .. ૧૭૮	
૮૧	તુલસીમાહાત્મ્ય—ધર્મ		૯૪	સૌ છે એનું એ. . . ૧૮૦	
	અને આરોગ્ય ... ૧૪૯		૯૫	ગૃહદેવીઓનું મંગળગીત	૧૮૧
૮૨	જીવનને પડકાર ... ૧૫૪		૯૬	કહા હૈં વીરશેર શિવરાજ	૧૮૨



## શુભસંગ્રહ-ભાગ ૧ લો



### ૧-ઓ હિંદુઓ ! તમે સાંભળો.

(મહાત્મા ગાંધીજીના લાષણુમાથી-“સૌરાષ્ટ્ર” તા ૯-૮-૨૫)

આપણી મનોહર ધરતી ઉપર વસતી તમામ જાત અને કોમ વચ્ચે બધુતા, એને હું હિંદુમુસ્લીમ એકતા કહું છું. એ બધુતા આપણે હાથે બધાવી શું અશક્ય છે ? એ કાર્યક્રમ શું અનિષ્ટ છે ? પણ મેં તો એ વાતમા હાથ ધોઈ નાખ્યા છે. મેં તો જાહેરાત કરી દીધી છે કે, આ દર્દની દવા કરનાર વૈદ્યતરીકે હું નાપાસ પડ્યો છું. હિંદુ અગર મુસલમાન કોઈ પણ મારી ઔષધિ સ્વીકારવાને તૈયાર નથી; એટલે આ વિષયનું નામમાત્ર લઈ હું ચૂપ થઈ જઈ છું હું એટલુંજ કહેવા માગું છું કે, જો આપણી આ ભૂમિનો ઉદ્ધાર કરવાની આપણી ઇચ્છા હોય તો આપણે બન્નેએ એક થયેજ છૂટકો છે, અને આપણે લલાટે જો એવુંજ લખાયું હોય કે, આપણે એકબીજાના લોહી વહેવડાવ્યા-સિવાય ભેટવાનાજ નથી, તો તો હું કહું છું કે, એ લડાઈ કાલ થતી હોય તો આજે થાવ અને જલદી થાવ. જો આપણે એકબીજાનાં માથાજ કાપતા છે તો ચાલો, એ કામ મરદાનગીને શોભે તે પ્રમાણે આપણે કરીએ તો તો એકબીજાને માટે ખોટાં આસ્ત્ર પાડવાના છોડી દઈએ, એકબીજાની સહાનુજ્ઞા માગવાનું છોડી દઈએ.

અને અસ્પૃશ્યતાના શાપમાથી હિંદુનો છૂટકારો કરવો એ શું અનતકાળ ચાલે એવો અગર તો અશક્ય કાર્યક્રમ છે? હિંદુના એ સુદર વદન ઉપર જ્યાસુધી અસ્પૃશ્યતાનું કલક ચોટયું છે, લા-સુધી સ્વરાજપ્રાપ્તિ એ છેકજ અશક્ય વસ્તુ છે, એમ હું દાઢી પીટીને કહું છું. કદાચ ડાઉનીંગ સ્ટ્રીટથી સ્વરાજની ભેટનું પાર્સલ હિંદુસ્તાન-મા આવી પહોંચે, તોપણ જ્યાસુધી આ શાપનું નિવારણ નથી થયું, લાસુધી એ ભેટ એ ઝેર છે. અસ્પૃશ્યતાનિવારણના પછીના પગલા શા છે? ઓ સનાતની હિંદુઓ! તમારાજ એક સનાતની હિંદુના મોઢાના આ શબ્દો સાંભળો. અસ્પૃશ્યોની સાથે ખાવાપીવાનો વહેવાર રાખવાનું હું નથી કહેતો, અસ્પૃશ્યોની સાથે બેઠાબેઠીનો વહેવાર કરવાનું હું નથી કહેતો; પણ એટલુંજ કહું છું કે, તમારી સેવા એ ઉઠાવે તો તમે પણ એને તમારી નજીક રાખો એને તમારાથી અસ્પૃશ્ય ન રાખો. ધર્મને નામે વર્ષો થયા-આપણે એને બેઠીમાં રાખ્યા છે અને આપણી એ સેવા ઉઠાવે છે. સેવા કરનારનો એ અધિકાર છે કે, એને આપણે આપણાથી અસ્પૃશ્ય ન બનાવીએ. કલકત્તાના ઓ હિંદુઓ! તમે સાંભળો! હિંદુધર્મ આજે તોળાઈ રહ્યો છે અને તમે અસ્પૃશ્યોનો ઉદ્ધાર નહિ કરો તો એનું છાખડું ખેસી જવાનું છે

## ૨-તમારાં બાળકોમાટે ઉત્તમ શિક્ષણ

જપાનમા નિશાળે ભણતા પ્રત્યેક બાળક સાથે નીચલા ભાવની વાતચીત શિક્ષક અને વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે એકાદ વખત પણ થાય છેજ શિક્ષક:-તું આવડો મોટો સાથી થયો?

વિદ્યાર્થી:-ખોરાક ખાવાથી.

શિક્ષક:-એ ખોરાક ક્યાથી ઉત્પન્ન થયો?

વિદ્યાર્થી:-આપણા દેશ-જપાનની જમીનમાથી.

શિક્ષક:-વાર, ત્યારે તો તારૂં શરીર જપાનની જ ભૂમિમાથી

ઉત્પન્ન થયું છે અને એનાથીજ એનું પાલનપોષણ થાય છે માતા-પિતાવડે એ પેદા થયું છે તોપણ એ માતાપિતાની શક્તિ પણ જન-પાનની બહારની તો નથીજને ?

વિદ્યાર્થી:-નાજી.

શિક્ષક:-ત્યારે તો જનપાનને-આપણી માતૃભૂમિને પૂરેપૂરો અધિકાર છે કે જ્યારે યોગ્ય લાગે ત્યારે તારું શરીર એના ઉપયોગને માટે લઇ લે !

વિદ્યાર્થી:-જી હા, એ વખતે મારું કોઇ પણ બહાનું ચાલેજ નહિ.

એટલીજ વાતચીતથી માતૃભૂમિમાટે પ્રાણસમર્પણ કરવાનો ભાવ જનપાનીસ વિદ્યાર્થીની નસેનસમા પ્રવેશ કરી જાય છે.

ખરેખર ધન્ય છે એ નાના નાના બાળકોને કે જેમની બુદ્ધિમા અત્યપણુથીજ આવી મહત્ત્વની વાત ઠસાવવામા આવે છે, ઠસી જાય છે અને આચરણમા ઉતરવા માટે છે ! આપણા દેશમા તો એક બાળુ વિદ્વાન પંડિતજી અને બીજી બાળુ આલિમ ફાજિલ મોલવી સાહેબ, શતાબ્દીઓ વીતી ગઈ તોપણ એટલુ વ્યાવહારિક સત્ય નથી સમજ્યા કે આપણે હિંદુ અને મુસલમાન એકજ માતા-(ભારત)નાં સંતાનો છીએ અને એકજ માતાનું દૂધ (અન્ન) પીએ છીએ એટલા માટે સગા ભાઈઓજ છીએ.

## ૩-સાગર ઝાળંગવાનો સેતુ

( “નવયુગ”-શ્રી વસવાણીના લેખમાથી )

હિંદુસ્તાને ઘણીએ ગાઢ નિદ્રા લીધી છે, પણ આજે તે જાગે છે. એની આખ જ્યારે ચેતનથી વિકસશે, એનું હૃદય જ્યારે આત્મ-જ્ઞાનથી ઝળહળશે ને એને જ્યારે સ્વરૂપનુ આત્મભાન આવશે, ત્યારે સ્વરાજ એની હથેળીમા હશે આજે એની જાગૃતિમા ઉલુપ રહી છે, આજે હજી ગ્રામ્યપ્રવેશ અધુરો રહ્યો છે. ગામેગામ રાષ્ટ્રનો મદેશ ફરી વળવો જોઈએ, ગામેગામ કુમારોના મેન્યોએ રાવડીઓ નાખવી

જોઈએ. એ કુમારોની સેના ખોલે તે પહેલાં વિચાર કરે. ભૂતકાળમાં હિંદની કયી દશા હતી અને આજે એની શી દશા થઈ છે, એ બધું ડેરા ઠોકનારાઓએ જાણી લેવું જોઈએ. આજની અધોગતિનું મૂળ-કારણ તેમણે શોધવું જોઈએ 'સ્વદેશી'થી આપણી આઝાદીની લડતને કેવો ને કેટલો વેગ મળી શકે છે, એ દરેકે સમજી લેવાનું છે. સામ્રાજ્યવાદની છાતીમાં પ્રજાઓને ચૂસીને એકઠું કરેલું લોહી ધબકે છે. આપણે એક વખત આર્થિક શોષણને અટકાવી શકીએ તો સામ્રાજ્યવાદ આપણી આગળ પાગળો થઈ પડે નાના ગૃહહિંસાગોના વિકાસમાં જનતાનો હિંદુ છે ને એ વિકાસ હિંદુસ્તાનને બ્રિટિશ સામ્રાજ્યવાદના જડખામાંથી છોડાવે છે

આત્મજ્ઞાન આવશે ત્યારે શ્રદ્ધા જન્મશે. આજે હિંદમાં તો ભયની ધ્રુજરી ચાલી રહી છે. એક અધિકારી પણ ગામડીઆઓને થથરાવે છે, એક પોલીસ પણ ગામડીઆઓને થથરાવે છે; એક પોલીસ પણ પટેલને દબાડાવે છે અને માડ માંડ જીવન ખેંચતા ખેંચત-ને ત્રાસથી પોતાની મજબૂરીમાંથી ભાગ આપવો પડે છે. આજે એકે એક ખાતામાં લાયની બ્રજતા પેડી છે. લોકોમાં હિંમત નથી કે તેઓ લાય-સ્વત આપવાની ના લાણી શકે. લોકો તો પોલીસોને-અધિકારીઓને સર્વશક્તિમાન લેખે છે; અને આ બીકને લીધે તેઓ દીનને મારે છે. યુવકોએ તો વીરતાનો સંદેશ આપવાનો છે ને બીરુતાને ભગાડવાની છે

શ્રીરામચંદ્રજી કહે છે કે, જનની ને જન્મભૂમિ તો સ્વર્ગથીએ ગરવા છે. ઋષિસંતાનોને જન્મ દેનારી હિંદની પુણ્યભૂમિ શુ જગદ-ગુરુ નહિ બની શકે ? હિંદમાં શ્રદ્ધા મૂકો, એના ભાવિમાં વિશ્વાસ રાખો. જેટલી શ્રદ્ધા હશે તેટલી વીરતા હશે. જે જ્ઞાનમાં પારકાની નિષ્કાળજી છે, તે જ્ઞાનમાં ભીતિની ભીતો છે ને તેથી તમારા અ-તરમાં પ્રેમ રાખજો, ધિક્કાર રાખજો મા' વીર હનુમાનને હિંદ તો અભણ લેખે છે. તેણે પુસ્તકો નથી વાંચ્યા, પણ એનામાં જ્ઞાનપ્રકાશ હતો ને શ્રદ્ધાજ્યોત હતી. એણે સાગર ઓળંગ્યો, ત્યારે એનામાં ભય

નહોતો એણે તો શ્રદ્ધાના ચેતનબળથી સેતુ બાંધ્યો, પથરે પથરે એણે રામનામની આસ્થા ઉતારી અને રામલક્ષ્મણની બેલડીએ લકામા લશ્કર દોર્યું, સારે આ સાગરને આપણે કા ન ઓળંગીએ ? કા હનુમાન-ની શ્રદ્ધાથી સેતુ ન બાંધીએ ? અને બાંધીશુ સારે સ્વરાજ આપણુ છે

## ૪-વટાળવાના ખ્રિસ્તીઓના પ્રયત્નો

(દૈનિક “હિંદુસ્થાન” માથી)

વરતેજથી ભાઈ મૂળચંદ પારેખ નીચે પ્રમાણે લખી જણાવે છે:-

હિંદુસ્થાનની વસ્તીનો લગભગ પાંચમો ભાગ એટલે છ કરોડ મનુષ્યો અસ્પૃશ્ય ગણાય છે. આમાનો મોટો ભાગ દક્ષિણ હિંદુસ્થાનમાં છે. ઉચ્ચ જ્ઞાતિના બંધુઓ તેમનો સ્પર્શ કરતા નથી, સ્પર્શ કરવામાં પાપ માને છે. પૂજ્ય મહાત્મા ગાંધીજીને આ દૃશ્ય અસહ્ય લાગવાથી તેઓશ્રીએ અલબેદારનું કામ હાથ ધર્યું. આ કાર્યને સનાતનીઓએ વખોડી કાઢ્યું તેથી તેઓ પૂં ગાંધીજીની વિરુદ્ધ વર્તન કરવા લાગ્યા પરિણામે ખ્રિસ્તી મીશનરીઓ, જે હિંદુધર્મ પાળતા અત્યંતે ખ્રિસ્તી બનાવવાનું કામ કરતા હતા તે પગભર થયા.

ખ્રિસ્તી મીશનરીઓના પ્રયત્નો

મીશનરીઓએ કાઈસ્ટને નામે છ કરોડ અસ્પૃશ્યોની ઉન્નતિ કરવાનું જાહેર કરી તે કામ આજે ઘણા વર્ષ થયા હાથ ધર્યું છે પૈ-સાની મદદ તેમને યૂરોપ-અમેરિકામાંથી થોકબધ મળે છે, કારણ કે પોતાના ધર્મમાં એક પણ માણસની વૃદ્ધિ થાય તેમાં પુણ્ય મનાય છે, તેથી આ પુણ્યના કામમાં પૂરતી મદદ વિધાયતની સરકાર નથા ત્યાની પ્રજા કરે છે જે દિવસ પહેલાંજ નવમારીના મીશન ખાતાને અમે-રિકાથી પાંચ હજાર ડૉલર(લગભગ સોળ હજાર રૂપિયા)નો ચેક આ કાર્યના પ્રચારમાટે મળ્યાનું સાલબધુ છે

મદ્રાસ ઈલાકામાં એક મીશનરી સંસ્થા છે, કે જેમાં ૧,૨૦,૦૦૦

ખ્રિસ્તી થઈ ગયેલા અસ્પૃશ્યો છે. આ સંસ્થા તરફથી ૧૦૦૦ પ્રાથમિક શાળાઓ, તેર આશ્રમો, બે હાઈસ્કૂલો અને એક કૉલેજ ચલાવવામાં આવે છે, એક દર ૨૪૦૦૦ ખ્રિસ્તી થયેલા અસ્પૃશ્યોને કેળવણી આપે છે દર વર્ષે ૧૨૦૦૦ નવા અસ્પૃશ્યોને ખ્રિસ્તી બનાવે છે. આ સંસ્થામાં મોટે ભાગે બધા ખ્રિસ્તી થઈ ગયેલા અસ્પૃશ્યોજ કામ કરે છે. તેમાં ૮૦ અસ્પૃશ્ય ખ્રિસ્તી પાદરીઓ છે, જે બીજા અસ્પૃશ્યોને વટાવવાનું કામ કરે છે. ઉપરની હકીકત તો માત્ર મદ્રાસ ઇલાકાની એકજ સંસ્થાની છે. આવી રીતે બીજી પણ અનેક સંસ્થાઓ મુબઈ ઇલાકામાં, બંગાળામાં, પંજાબમાં વગેરે સ્થળે કામ કરતી હશે.

**સનાતનીઓએ ચેતવાની જરૂર છે.**

આવી રીતે એકજ પ્રાતમાં દર વર્ષે આપણા ૧૨૦૦૦ હિંદુભાઈઓ-એકજ પિતાના પુત્રો-આપણાજ વર્તનથી ખ્રિસ્તી થઈ જાય છે ! હિંદુસ્થાન આખામાં તો લાખોની સંખ્યાને વટલાવતા હશે, ત્યારે હજી પણ શુ સનાતનીઓ અસ્પૃશ્યોનો વિરોધ કરી આ હલકી ગણાતી કેમની ઉન્નતિને માટે કાંઈ પ્રયત્નો નહિ કરે ?

**શાળા અને આશ્રમોની જરૂર**

અસ્પૃશ્યોના ઉદ્ધારમાટે આપણી દિલસોજી ન હોવાથી અને આપણે તેમને હડધૂત કરતા હોવાથી તેઓ મીશનરીઓની નિશાળો અને આશ્રમોમાં દાખલ થઈ ખ્રિસ્તી થઈ જાય છે. આપણે આપણા રામ અને કૃષ્ણને લજનાર ભાઈઓને બીજા ધર્મમાં વટલાતા અટકાવવા હોય તો સનાતનીઓ તેમજ દરેક ચુસ્ત હિંદુની ડરજ છે કે, તેઓએ અલજશાળા તથા આશ્રમો સ્થાપવા અને તેવી સંસ્થાઓ હોય તેને પૂરતી મદદ આપવી કે જેથી તે સંસ્થામાં અસ્પૃશ્યો કેળવણી લઈ ખ્રિસ્તી નિશાળો અને આશ્રમોમાં જતા અટકે અને હિંદુ ધર્મ પાળી શકે.

**સ્વધર્મરક્ષા અને સ્વરાજ્ય**

સનાતનીઓના અત્યજપ્રત્યેના વિરુદ્ધ વર્તનને લીધે હિંદુધર્મની રક્ષા થવાને બદલે ધર્મનો હાથ થતો જાય છે. આ અત્યજને

હિંદુધર્મ છોડી ખ્રિસ્તી કે મુસલમાનધર્મી થઇ જાય છે, તો પછી આપણી સાથે તેઓ છૂટથી હળી મળી શકે છે સારી કેળવણી પામેલા આવા વટલેલા અત્યજ ભાઈઓ તો આપણી ઉપર અમલદાર પણ થઇ આવે છે અને શેઠાઇ ભોગવે છે, જે આપણે મૂગે મોઢે સહન કરીએ છીએ. હિંદુ ધર્મ છોડવાની ફરજ આપણે તેઓને આપણા પોતાના વર્તનથીજ પાડીએ છીએ. આડકતરી રીતે આપણે આપણા પોતાના ધર્મનો ક્ષય કરીએ છીએ.

આપણે સ્વરાજની વાતો કરીએ છીએ; પરંતુ આ મીશનરીઓ અત્યજની સેવા કરી તેને પોતાના કરી તેઓને એવી રીતે તૈયાર કરે છે અને સરકાર પાસે કહેવરાવે છે કે, અમારે સરકારનું રાજ્ય જોઇએ છીએ, હિંદુઓનું રાજ્ય અમારે નથી જોઇતું. આનો સાક્ષાત્ દાખલો પ્રિન્સની હિંદુસ્તાનની મુલાકાત વખતે જ્યારે તેમની મુલાકાતનો ખંધાએ ખહિષ્કાર કર્યો હતો ત્યારે મીશનરીઓએ અસ્પૃશ્યોની એક કોન્ફરન્સ દિલ્હીમાં તે સમયે બોલાવી, જ્યાં ૩૦,૦૦૦ (ત્રીસ હજાર) અસ્પૃશ્યોને, એકઠા કર્યા અને પ્રિન્સને ઉપર મુજબ સંદેશો અપાવ્યા. આવી રીતે આપણા ધર્મનું છેદન ઉઘાડી રીતે થયા કરે છે, આપણે સવેળા ચેતવાની જરૂર છે. અત્યજોના સ્પર્શ માટે વાઘો હોયજ નહિ, છતાં કોઇને વાઘો હોય તો તેઓ પણ અત્યજોદ્ધારના કામમાં તત્ત, મન અને ધનની મદદ કરી શકે છે, પછી સ્નાન કરી દેહશુદ્ધિ કરી શકે છે. અલ્પજીવિરુદ્ધની ચળવળથી નહીં હિંદુધર્મનો ક્ષય થતો જાય છે અને થતો જશે. તે થતું અટકાવવું તે દરેકે દરેક હિંદુની ફરજ છે.

## ૫—નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓ

(લેખક—મણિલાલ યુનીલાલ ભટ્ટ; “ગુજરાતી” તા ૨૧-૨-૨૬)

લાલમા નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓનું વાચન અધિક પ્રમાણમાં નજરે પડે છે અને તે વિશેષ પ્રમાણમાં છોકરાઓ અને યુવાનોમાં



જોવામા આવે છે.

કેટલાક ગ્રંથકર્તાત્વપદાભિલાષી તેમજ અન્ય જનો નોવેલો અને કલ્પિત વાર્તાઓ બહાર પાડે છે; અને તેનો મોટો સમુદાય મદન અને સ્ત્રીવિપયક વસ્તુથી ભરેલો હોય છે. એવા વાચનથી કેટલાક અવિચારી યુવાનો અને છોકરાઓ પોતાનું શ્રેય નહિ સમજી અનીતિના ગર્તમાં ઉતરી પડી શારીરિક તથા માનસિક શક્તિની અને ધનની ખરાબી કરે છે.

સુશિક્ષિત પુરુષો અને સ્ત્રીઓએ પોતાના છોકરાઓને એવા વાચનથી દૂર રાખવાં જોઈએ. યુવાનોએ પણ સમજવું જોઈએ કે, એવા વાચનથી આપણા મન અને નીતિ ઉપર ખરાબ અસર થાય છે, માટે ઉત્તમ પુસ્તકોનું વાચન રાખો, કે જેથી તમે ઐહિક તેમજ પારલૌકિક શ્રેય સાધી શકશો. ઇતિ શમ્.

## ૬-હસવું એટલે શું ?

( “પ્રજામિત્ર અને પારસી” ઉપરથી )

હસતો ચહેરો કેને પસદ પડતો નથી ? દરેક જણ બળિયલ અને કુજરા ચહેરાને બદલે હસતો અને આનંદી ચહેરો જોવા માગે છે. જેઓ આનંદી તદ્દુરસ્તી ધરાવે છે, તેઓ સદા હસ હસ કરે છે. ખિમારો અને પોતાની તબિયત બગડી જતી હોવાનો વહેમ રાખનારાઓજ ખુદાની કિમતી બક્ષીસરૂપ હસવાથી અને આનંદી સ્વભાવથી દૂર રહે છે. હસતા રહેવાથી અનેક લાભો થાય છે. એક પ્રખ્યાત જર્મન તબીબ કહે છે કે, હસવાથી શરીરમાનું લોહી ગરમ રહે છે, હસવાથી આપણી નાડ બરાબર નિયમિત ચાલે છે, હસવાથી આપણા બરડાનો કાંડો મજબૂત બને છે અને હસવાથી તનમાં તાજી હિંમત આવે છે. હસવું જીવનશક્તિમાં વધારો કરે છે. ખુશાલી અને આનંદી સ્વભાવ એતનશક્તિ વધારે છે. હસવું અને હસમુખો સ્વભાવ શરીર અને આત્માને મજબૂત અને તદ્દુરસ્ત રાખે છે. હસવું એ જીંદગીમાં ખાસ જરૂરી છે. તદ્દુરસ્તી અને સુખનો આધારજ હસવું છે. હસવું એ

એક પ્રકારની શક્તિ વધારનારો ઇલાજ છે એક તખીબ તો આગળ વધીને કહે છે કે, ખોરાક કરતા પણ હસવું વધારે ઉપયોગી છે.

## ૭-જાંજીરને ઝણકારે !

(“ગાડીવ” તા. ૧૩-૧૨-૨૫ માથી. લેખક-વિનાયક સાવરકર)

( વિનાયક સાવરકર અને ગણેશ સાવરકરના નામ કોણે નથી સાંભળ્યા ? ગણેશપત્ની સ્વ યશોદાબાઈને પોતાના હૃદયદેવનો સારા જીવનમાટે વિયોગ થયો હતો. પોતાની ગાંઠમાં ઉછરેલો એક દિયર બાલ પણ સરકારની જાંજીરમાં જકડાયો હતો, પણ પ્રેમવેલી લાલીને કાળે ધનવોર આકાશમાં એક તારલીઓ ચમકતો હતો. બેરીસ્ટર થઈને બીજા દિયર વિનાયક વિલાયતથી આવશે અને જીવનમાં ઉલ્લાસની કઈક રેખાઓ આકશે, એવી તેને આશા હતી, પરંતુ ૧૯૧૦ ના માર્ચમાં છન્નીસ વરસની નાનુંકે ઉમરે વિનાયક પણ વિલાયતમાં ગિરફતાર થયો. પોતાની પરહેઝના સમાચાર વિનાયકે લાલીને મરાઠી કાવ્યરૂપે મોકલ્યા તે કાવ્ય આ—)

“વૈશાખનો ચંદ્ર આકાશમાં મીઠું મીઠું હસી રહ્યો છે. સફેદ ચંદ્રિકા ઈમારતોપર આલ પ્રસારી રહી છે. જાંજીરની જે વેલડીને “બાલે” જાતે જળ સિચેલા, તે પોતાના નાનકડા ફૂલોના મધમધાટથી મહેકી રહી હતી બધા સગાવહાલા ઘેર આવ્યા હતા. માફ ધર જાણે ગોકળાઈ બની રહ્યું હતું. એ નવજવાનોનું દેશવેશપણું, પવિત્રતા અને આત્મત્યાગની પ્રતિભા જોઈ કીર્તિસુદરી પણ થનથન નાચી રહી હતી. જીવાનીના નવલોહીઆળા પ્રાણ હૃદયપુષ્પને પ્રકટાવી રહ્યા હતા— તેની સુવાસ વહાવી રહ્યા હતા ગામના લોકો જેને ધર્મશાળા કહેતા, તે એ ધામ દિવ્ય ફૂલવેશેથી બગીચા જેવું બની રહ્યું હતું. એ વેળા મારી વહાલી લાલી ' તારા પ્રેમને રમે રસાળતાથી ઉલરાતું બોજન તું બનાવતી હતી વાતોને હિંચકે હિંચતા અમે આદરણીયા બોજન કરી રહ્યા હતા કદી કદી શ્રીરામચંદ્રના વનવાસનું પુરાણ ઉકેલાતું— બીજી પળે ઇટાલિ દેશની રવતંત્રતાનો ઇતિહાસ કોઈ ઉપાડતું—વીર

તાનાજીના અદ્ભુત શૌર્યગીત લલકારાતા, અથવા તો ચિતોડગઢ કે પૂનાના શનિવારવાડાનો મહિમા ગવાતો ' એ વેળા મારી માતૃભૂમિ ગુલામીની ખેડીઓમા જકડાયેલી, દુશ્મનોના તીરથી છિન્નભિન્ન થયેલી મારી અનાથ હિંદમૈયા પણ સાહરતી, અને તેના દુઃખથી હૈયામા ચિરાડા પડતા તેની મુક્તિને કાળે મારા ભાઈને હું ઉપદેશ દેતો.

પ્યારી ભાભી ! એ રમ્ય સમય, એ સગાઓનો મીઠડો સહવાસ, એ ચદ્રપ્રકાશ, એ નવનવી કથાઓ, એ સ્મરણીય રાતો, દેશમાતાને મુક્ત કરવાનો દિવ્ય ઉદ્ધાસ અને તેને પૂર્ણ કરવાને કરેલી ઉચ્ચ પ્રતિજ્ઞાઓ-સાહરે છે ? સાહરે છે, મારી ભાભી !

સાહરે છે, ભાભી ! એ વેળા યુવકસઘ પોકારતો, અમે “બાળ પ્રભુ” થશુ. યુવતીઓ સર્ગર્વ મસ્તક ડોલાવી કહેતી-અમે ચિતોડની વીરાગનાઓ બનીશુ ! એ વ્રત, માડી ! અધવૃત્તિથી નહોતા લેવાયા ! એ દિવ્ય જ્વાળામા પ્રજળવાનું સતીવ્રત, અમે જાણી-સમજીને સ્વીકારેલું

દેવિ ! પ્રિયજનો સાથે કરેલી એ પ્રતિજ્ઞાઓ સભારો અને ભાળો ! પૂરા આઠ વરસ વીતે ન વીતે ત્યાં તો મારો ઉદ્દેશ કેટલો સફળ થયો છે ! એ વેળાએ કહેને, હરખે હૈયુ શે ન કિલરાય ? જુઓ, જુઓ ! કન્યાકુમારીથી માડીને હિમાલયના ગૌરવોન્નત મસ્તક સુધી હાહાકાર પ્રવર્તી રહ્યો છે રઘુવીરના ચરણોમા લકતોની બીડ જામે છે-ખીજી બાજુ યજ્ઞકુડમા પણ હોળી પ્રકટી રહી છે એ યજ્ઞ કરવાની દીક્ષા લેનારાઓની પરીક્ષાનો, કસોટીનો અવસર આવે છે-અને રઘુવીર પ્રભુ પૂછે છે-“સમસ્ત સંસારના મગજ કાળે, આ અગ્નિમા કોણ પોતાની આહુતિ આપશે ?” ભાભી ! એ દિવ્ય નિમત્રણ મળતા મે ગર્જના કરી-“તૈયાર છે માડ કુળ, તૈયાર છે માડ સાશ્વત દુટુખ !” ને એ ખોલે ખોલે જાણે મે ઈશ્વરી સન્માન મેળવ્યા. ધર્મને કાળે દેહ ન્યોછાવર કરવાના અમારા વેણ હતા ! વ્યર્થ નહોતા ભાભી ! તે વ્યર્થ નહોતા ! અપાર યાતનાઓ વેડનાએ માડ ધૈર્ય નહિ ખૂટે-મારો યોગ નહિ તૂટે ! એ વેળા પ્રિયજનોની સોડમા કરેલી પ્રતિજ્ઞાઓ આજે

પૂર્ણપણે સત્ય નિવડી છે મારી માડીની જ જીરે. તોડવા કાળે પ્રકટેલી યજ્ઞજવાળમા, મારા સ્વાર્થને-મને પોતાને હોમી દઇને હું કૃતાર્થ થયો છું.”

## ૮-ઉજળા જીવનની સાધના

(“ક્ષત્રિય” માગશર-૧૯૮૨ ના મુખપૃષ્ઠપરથી ઉતારો)

ઉત્તમ પ્રજાજીવનના આદર્શપ્રત્યેની દોડમા આગળ વધવું છે કે પાછળ પાછળ ધસડાઈ જવું છે? એ પ્રશ્ન આપણા નવજીવનોના જીવનમા ગુચ્છાઈ ગયેલો હોવો જોઈએ.

વિકસિત અને પ્રભાવશાળી પ્રજાજીવનના સોનેરી સ્વપ્નો સાચા કરવા માટે સાચો વિકાસ પામેલું વ્યક્તિજીવન અને જોસદાર સઘનજીવન જોઈએ; જીવનને નીચે ને નીચે ધસડી જનાર પ્રચલિત વ્યક્તિહીન અને સામાજિક જીવનની સકુચિત ભાવનાઓને છેલ્લી સલામ કરવી પડશે.

સંઘ-સાકળની શક્તિ તેમા રહેલી વ્યક્તિ-કડીઓના બળથી અંકાય છે. આપણા સંઘની એકે એક વ્યક્તિ જોસદાર અને પ્રેરણા પામેલી હોવી જોઈએ આમ હશે તોજ આપણું સઘજીવન અને પ્રજાજીવન ઉજળું બની શકશે.

આપણી પાસે ભવ્ય ભૂતકાળ છે, મુદ્દર ભાવિના સોનેરી સ્વપ્નો છે, પ્રેરણા છે-અને એ સૌથી વધારે મહત્ત્વનું આપણી નમોમા જોસ-થી વહેતું યૌવનનું ઉકળતું લોહી છે.

ઉજળા પ્રજાજીવનની સાધનામાટે કાળા માથાના માનવીને બીજા કયા સાધનો જોઈએ?

## ૯-પુરુષોને બે બોલ

(સ્વામી વિવેકાનંદના સદુપદેશોમાંથી)

“જે સ્ત્રીજાતિ તમારા મુખદુ બની ભાગિયણ છે અને સદાકાળ-ને માટે પોતાનું સર્વસ્વ તમને અર્પણ કરી રહી છે, તેમને શિક્ષણ

આપવા તથા ઉન્નત બનાવવાને માટે તમે શું પ્રયત્ન કરો છો ?”

“જે દેશમાં, જે પ્રજામાં નારીપૂજા નથી, તે દેશ, તે પ્રજા કોઈ કાળે મહાન કે ઉન્નત થઈ શકે નહિ. નારીરૂપી શક્તિ-મૂર્તિની અવગણના કરવાથીજ આજે તમારું અધઃપતન થયું છે.”

“અત્યારે પણ આ દેશની કન્યાઓમાં અને સ્ત્રીઓમાં જેવું સહવર્તન, સેવાભાવ, સ્નેહ, દયા, સતોષ તથા પતિભક્તિ જેવામાં આવે છે, તેવું પૃથ્વીના બીજા કોઈ ભાગમાં મેં જોયું નથી.”

“એકમાત્ર ભારતવર્ષની કન્યાઓને જેવાથી આખો ઠરે છે. તેમનામાં લજ્જા-વિનય આદિ સદ્ગુણો હજી પણ જેવા ને તેવાજ રહી શક્યા છે. આવા સરસ સાધનો હોવા છતાં તમે સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિ કરી શકતા નથી !”

“મહામાયાની સાક્ષાત્ પ્રતિમા, જેવી સ્ત્રીજાતિનો તમે ઉદ્ધાર નહિ કરો અને દેવતુલ્ય ગરીબ વર્ગને જાગ્રત નહિ કરો, ત્યાંમુધી તમારા દેશનો ઉદ્ધાર નથી.”

“તેઓમાં જ્ઞાનનો પ્રકાશજ ફેલાવવાનું કાર્ય તમારે કરવાનું છે. યોગ્ય શિક્ષણ મળે તો તમારા દેશની સ્ત્રીઓ હજી પણ ‘આદર્શ’ સ્ત્રીઓ બની શકે તેમ છે.”

“જે જે આદર્શ નારીઓ થઈ ગઈ છે, તે સર્વ પવિત્ર સન્નારીઓનાં જીવનચરિત્રો કન્યાઓની નજર આગળ તરતા રાખવા જોઈએ.”

“થોડાજ સમયમાં એક અદ્ભુત નવું ભારત અપૂર્વ મહિમાવાન બનીને જગતને આશ્ચર્યચકિત કરતું આવિર્ભાવ પામશે. મારી દૃઢ ધારણા છે કે, એવો મુદર ફેરફાર થવા લાગ્યો છે અને એ શુભ દિવસ થોડાજ સમયમાં તેજસ્વી ઉદયકિરણથી ચળછટી રહેશે !”

( “બંદિમ નિબંધમાળા” માંથી )

“સ્ત્રીઓ એ સાક્ષાત્ ક્ષમા, દયા અને સ્નેહની દેવી મૂર્તિઓ છે ”

“શાળાઓમાં લઘ્યાવિના પણ જ્ઞાનની વૃદ્ધિ થઈ શકે છે.”

“ક્યા અને હરિદ્ધીર્તન એ પૂર્વકાળે જ્ઞાનપ્રાપ્તિનો એક મુખ્ય

ઉપાય હતો. ”

“ પ્રાચીન સન્નારીઓ કથાકારોના મુખથી પુરાણ તથા ઇતિહાસની વાતો સાલજતી અને તેથી કરીને પુરાણ-ઇતિહાસમાં જ્ઞાનનો જે ઉત્તમ ભંડાર છુપાયેલો છે, તે તેમની પાસે ખુલ્લો થઈ જતો ”

“ અત્યારના આપણા સુશિક્ષિત ગણાતા યુવકો કરતા પણ અનેક વિષયો પૂર્વકાળની સન્નારીઓ બહુ સારી રીતે સમજી શકતી હતી ”

## ૧૦—મુડીવાદ અથવા મહેલાતની ફિલસુફી

( “ ક્ષત્રિય ” ના માગશર-૧૯૮૨ ના અક્રમાંથી )

વિલાસી રાજવટની કે કોઈ મદ્ય ધનિકની વૈભવવાસના યોષવા ઉભા થયેલા પેલા રાજમહાલયો નિહાળો ! ત્યાં શું છે ? વૈભવ, વિલાસ, કેપટ, કૂરતા-અરે પાપ અને વિષયવાસના-માનવજીવનમાં પશુતા લાવનાર સર્વ સાધનો ત્યાં છે ! એ વૈભવો ગરીબોના જીવનસ્રોતીથી ખરડાયેલા અને એ વિલાસો નિરાધારના આશુથી તરબોળ છે.

એ મહેલાતોને ઉભી કરતા કેટલાય ગરીબ મજૂરોના લોહી વહ્યા હશે ! ધણાય દૂધમલ આળકે માતાની સલાજવિના સૂર્યના પ્રખર તાપમાં તરફડી રહ્યા હશે ?-અને તેમાં સૌથીય વધારે કૂર અને ભય કર ઘટના તો એ હશે કે, કેટલીયે મજૂરણોના શીલ વેચાયા હશે !

રાજ્યમહાલયોની બાહ્ય મુદરતા અને ભવ્યતાના ઓછાડ નીચે મલિનતા અને કરુણ ઇતિહાસની કેટકેટલી કહાણીઓ છુપાઈ હશે ?

x x x x x

શું આ મહેલાતો પવિત્રતા, સ્નેહ અને દયાનાં મંદિરો ન હોવા જોઈએ ?

## ૧૧—જીવજંતુઓની પ્રજા

( “ ગાડીવ ” તા. ૧૩-૧૨-૨૫ ના અક્રમાંથી લેખક-વિદ્યામિત્ર )

આપણે તો સમાજની સ્થિતિવિધે વિચાર કરવાની શક્તિનુજ

દેવાળું કાઢ્યું છે. જો આજે હિંદુમા કોઈ મુસ્તફા કમાલપાશા જેવો પ્રયત્ન નેતા હોત તો તેણે લોખંડી કાયદો ઘડીને કૂતરા-ખિલાડીની પેઠે પરણીને જીવજતુ જેવી પ્રજા વધારતા હિંદુઓને અટકાવ્યા હોત! ગાંધીજીએ એક-એ વાર હિંદુસ્થાનની વધી ગયેલી વસ્તી સામે પોકાર ઉઠાવી પ્રજાને બ્રહ્મચર્ય પાળીને વસ્તી અટકાવવાની સલાહ આપી છે; પણ એ સલાહ કુદરતી નથી. જીવાનીના પ્રવાહને ગમે તેટલો રોકશો, તોપણ તે રોકાવાનો નથી. હાલમા તો કોઈ બનાવટી ઉપાયથી પણ પ્રજોત્પત્તિ રોકવાની જરૂર છે. આપણે પ્રજાને જીવનશક્તિ આપનારા સુધારા પણ કરી શકતા નથી, કેમકે આપણી પાછળ કાયદાતુ બળ નથી. ધારો કે, આજે સરકાર બાળલગ્ન અને વૃદ્ધલગ્ન અટકાવનારે તથા પુનર્લગ્નની છૂટ આપનારો કાયદો ઘડે, નાતબંધતાનાં બંધનો કાયદાની સત્તાથી તોડી નાખે અને પુનર્લગ્ન કરનાર અથવા આત્મર્જિતિ લગ્ન કરનારને નાતબંધાર મૂકનારને સખ્ત સજા કરવા તૈયાર થાય તો હિંદુઓનો ક્યો દેવતા પોક મૂકીને રડવાનો છે? દેશ અને કાળ પ્રમાણે સમાજમા પરિવર્તન થવું જ જોઈએ, કારણકે પરિવર્તન એજ જીવનનું ચિહ્ન છે. પાણી પણ ખાખોચીઆમા સ્થિર થવાથી ગદ્ગદ થઈ જાય છે, તે હિંદુસમાજે ધ્યાનમા રાખવાની જરૂર છે.

## ૧૨-ખેતીની ઉપજ અને કસ ઘટવાનું કારણ

ગૌપાલન અને ઠેર ઉછેરવાનું ભૂલ્યા !

(રા. રા. દુસેરાય છોટાલાલ અબ્દુરરિયા, તત્ત્રી 'ખેતીવાડીવિજ્ઞાન')

રાજ્ય એ ગૌઆત્મણુપ્રતિપાળ કહેવાય છે. દ્રોણાચાર્ય જેવા મહાન સમર્થ વિદ્વાન ગુરુએ તેમને વિદ્યાદાન, દૃઢીઆર વાપરવાનું જ્ઞાન અને ક્ષત્રિયધર્મ શીખવેલો, સારે ક્ષત્રિયપુત્રના કાનમા એક મહામંત્ર મૂકેલો છે કે “તમે ગાય અને આત્મણુનું રક્ષણ કરજો, પણ લક્ષણુ કરતા ના. જો આ મંત્ર ચૂકશો તો રાજ્યતેજવિનાના નિર્માત્મ-ધણુ

દુ.ખી-થશે, રેવન્યુ ઉપજ ધરી જશે, ખેડુત ગરીબ બનશે, પ્રજા નિર્ધન, નિર્બળ, અદ્યાયુષી અને દુરાચારી થશે ” આવો ઉત્તમ ગુરુમત્ર ચૂક્યા ત્યારથીજ આપણા દેશની જમીન દિનપ્રતિદિન કમ-વગરમી થતી ચાલી; અનાજ, ધાસ, કપાસ હલકી જતના થયા; ઉપ-જ ઘટતી ચાલી; વ્યાપારમા પણ મદી આવી અને શારીરિક તેમજ માનસિક નિર્બળતા આવી

રાજ્યો પોતાની ફરજ ચૂક્યા એટલે ‘યથા રાજ તથા પ્રજા’ એ કહેવત અનુસાર પ્રજા પણ હિસક અને અધર્મને રસ્તે ચાલનારી સ્વાર્થપરાયણ થઇ, એટલે કોઈ પણ કાર્યમા તેની કતેહ થતી નથી. વડીલોની મેળવેલી પ્રતિષ્ઠા પણ ખોઇ. અરે ! વિચાર કરો ! આપણા એના એજ ખેતરો અને વાડીઓ છે, એ ને એજ કામ કરનારા છીએ, છતા પ્રથમની માફક ધાર્યું અનાજ ઉત્પન્ન કેમ થતું નથી ? આ સવાલના જવાબરૂપે આ લેખ લખાય છે

જ્યારે મારી ઉમર દશબાર વર્ષની હતી અને જામનગરમા હતો, ત્યારે પિતા, કાકા અને મામા સાથે ગામડામા ફરતો તે મમયમા દરેક ઘેર સંખ્યાબધ ગાયો પળાતી; જેથી દૂધ, ઘી, માખણ, દહી અને છાશની છોળ ઉડતી. ખળીમા જતા ત્યા ખેડુતોને બાજરી, જુ-વાર, કઠોળ અને કપાસના કાલાના ડુંગર જેવડા ઢગલા થતા અને રાજ-લાગનો ગજ બબ્બે ચચ્ચાર ગાઉના અતરથી દેખાતો. રજપૂત, ચારણ, કાઠી, ગરાસીઆઓ પાણીદાર, તેજદાર ઉત્તમ ઓલાદના વાલીઘોડા રાખી ઓલાદ વધારતા અને પાળતા કોઈ પામે માણુટી, અ-બલખ, કચાડી, રાજકી, ગધેલી તો કોઇ પાસે લાખણ વગેરે જાત ને નામના ઘોડાઘોડીઓ- પાગામા ખોખાગતા ખાંચ્યા રહેતા તે વખતે ઘોડાગાડી કે મોટરમા ફરવાનું જવલ્લેજ હતું કોઈ પણ સ્થળે ખાતર-ગામ જવું હોય તો ઘોડાપર સ્વાર થઇને જવાનો રિવાજ હતો, એટલે ધરના નાના મોટા દરેક ઘોડેસ્વારી બાણતા અત્યાગે તો મોટું દિવાન-પદ ભોગવતા અથવા તો મોટી પાયરી ધરાવતા ઝાંપીસરને ઘોડેસ્વારી



આવડતી નથી, જે શાયનીય છે - કહે છે કે, આ સુધારાના જમાના-  
મા આપણા સ્ત્રીપુરુષો કેળવણી પામેલા, અંગ્રેજી વાતચીત કરે તેવા થયા  
છે અને આગળના સ્ત્રીપુરુષો કરતા ધણા-લાયક છે; પરંતુ - આ સુધારા  
સાથે જો તેમના વડીલોના ઉત્તમ ગુણોથી ભૂષિત થએલા હોત તો  
તેઓ વધારે સુખી થાત. અત્યારે તો ખરો પ્રેમ કે સગાઈનો સ્નેહ રહ્યો  
નથી બધું જર્મનસીલ્વર જેવું કૃત્રિમ થયું છે; બધું ઉપરથીજ, અં-  
તઃકરણનું કંઈજ નહિ ! આમ દિનપ્રતિદિન સુધરતા ગયા તેમ અસલ-  
નું ભૂલતા ચાલ્યા પરિણામ એ આવ્યું કે, ગૌપાલન ગયું, ખેતી કસવગર-  
ની થઈ અને કમ ઉપજ આવતી ગઈ. ઢોર નળળા પડ્યા, રાજ્યની ઉપજ  
અને વ્યાપાર ઘટ્યો. આ બધું ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનું - દેશની નવી દોલત  
ઉત્પન્ન કરવાના સહાયકારક કામ તરફ દુર્લક્ષ રાખ્યું, તેથી થયું છે.

રાજાઓ કુવરીના લગ્નપ્રસંગે દાયજીમા હજારો ગાયો આપતા,  
બ્રાહ્મણો પણ પોતાની દીકરી પરણે ત્યારે ગાયો આપતા, કોઈ રાજા  
કે બ્રાહ્મણ વૈષ્ણવમા મરણ થાય ત્યારે અતકાળ વખતે બ્રાહ્મણોને તથા  
દેવમંદિરમા ગાયોના દાન અપાતા. આ બધું - દેશની ખેતીને આબાદ  
રાખવા માટે હતું.

ઢોરઉછેરનો ધંધો કરનાર ભરવાડ, રખારી, આયર, કાઠી, ચારણ,  
મતવાગવલી, સિધી વગેરે સંખ્યાબંધ ગાયો પાળતા. રાજાઓ ચરવા-  
માટે મોટા વિસ્તારની જમીન પડી મૂકતા અને તેમા ખેતી કરાવતા  
નહિ. કોઈ પણ જાતનો પૂંછડાવેરો કે સિધરોટી વગેરે કરવેરો  
અને પાનચરાઈ કે વનચરાઈ લેતા નહોતા. ઢોર મરી જાય તેની  
ભામનો ધંધરો નહોતો. હવે તો મરેલા ઢોરના ચામડા પણ વેચી  
તેની ઉપજ લે છે, જેથી પરિણામ એ આવ્યું છે કે, ભામના ધંધર-  
દારો ઢોરોને ઝેર ખવરાવી મરણ નીપજાવે છે, જેથી ઝાઝા ચામડા  
મળી શકે. હવે કૃતરા-બકરાં પાળવાનો રિવાજ દાખલ થતો જાય  
છે, ત્યાં ગાય બાધે ડાણું. કૃતરાબકરાની લીડીપીશાળ ઉપાડવામાં  
અલડાય નહિ, પણ ગાયનું ડાણું-ગૌમૂત્ર જે પવિત્ર છે, તે ગંદકી અને

મચ્છરનો ઉપદ્રવ કરનાર ગણાય છે! તદુરસ્તી ટકાવી, દીર્ઘાયુષ્ય કરનાર સ્વચ્છ દૂધ ધરતી ગાય આપતી; તેને બદલે તંદુરસ્તી બગાડનાર, ભૂખ ઓછી કરનાર ચાહ વગેરે લેવા માડ્યું એટલે પછી પ્રજા નબળી થવા લાગી અને અનેક પ્રકારના રોગના ભોગ થયા અને થાય છે, જેથી આપણાં સ્ત્રીપુરુષો નાલાયક ઠર્યાં. તેમને પોતાના પુત્રપુત્રીઓ ઉછેરતા આવડતુ નથી-નબળા રાખે છે, માટે જેના છોકરા સારા તદુરસ્ત હોય તેમને ઇનામ આપવા. એ બહાને ઉત્તેજન આપવા ખાતર હાલ 'બેબી વીક' ગોઠવાયા છે. આથી આપણને ખાતરી થાય છે કે, આપણી માતાઓ બાળઉછેર માટે નાલાયક છે. ધરમા ગાય હોય નહિ એટલે બળરતુ પાણીવાળું અને ભેળસેળવાળું દૂધ પીએ છે અને વાપરે છે. જેની અદર અનેક જતુઓ હોય છે, તેવા દૂધથી શીતળા, ઓરી, અછબડા, પ્લેગ, નીમોનીઆ, ઇન્ફ્લુએન્ઝા આદિ અનેક રોગો લાગુ પડે છે અને મરણની સખ્યા વધતી જાય છે, તેનું કારણ ધરતી ગાયનું દૂધ નહિ તેજ છે. અત્યારે આપણે શારીરિક અને માનસિક બળ ખોયું, આત્મબળ તો છેજ નહિ; એટલે પછી ફતરા-કાગડાની માફક અલ્પ આયુષ્ય ભોગવી નાની ઉંમરમા સ્ત્રીપુરુષો મરવા લાગ્યાં છે કુછદી વતેણુંક પણ આતું એક કારણ છે.

આ પ્રમાણે ગાયનું પાલન ભૂલી જઈ તેના તરફ બેદરકાર રહેવાથી આપણે આપણી જમીનનો કસ ખોયો, ઉપજ ખોઈ, મજબૂત બળદો ખોયા, જમીન ખેડનાર અને કામ કરનારે પોતાનું શરીરબળ ખોયું અને નિર્ધન કાલ બન્યા.

ગાયને શયુગારવી, તેની સેવા-પૂજા કરવી વગેરે પૂજનવિધિ અને મૂત્ર, છાણ વગેરે પવિત્ર ગણ્યું છે, તે પણ તેની ઉત્તમતા માટે છે; કેમકે દેશની ખેતી કરનારા બળદને તે જન્મ આપે છે. ગાયો પાળવાનું ઓછું ક્યું તે તો હીક, પણ ગૌબ્રાહ્મણપ્રતિપાળ બ્રાહ્મણ વંશજોએ ગોમાસ લક્ષણ કરવા માડ્યાનું સાલજ્યું છે. પછી કહો-જમીન કસ કેમ ન ચોરે? વરસાદ કેમ વરસે? એક વરસાદની તાણે મૂકવણું કેમ

ન પડે ? અનીતિ-અધર્મને રસ્તે ચાલી કુશળતા ચાહવી એ બનેજ કેમ ! !

ઉપર મુજબના અનિષ્ટ પરિણામો આવ્યા છે અને આવશે, માટે ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનું કામ તાત્કાલિક હાથ ધરવા અમારી નમ્ર વિનંતિ છે. લોકો પાંજરાપોળમાં ખોડા અશક્ત ઢોર મૂકે છે, તે બરાબર છે મહાજન દયાળુ છે તો પાળીપોપી સારવાર કરાવે છે, પણ દરેક માણસે પોતાના ઢોરને જીવે ત્યાંસુધી પોતેજ પાળવું, એ તેની ફરજ છે. મહાજન ઉપર આવો ખોળે નાખવો તે દેશની વસ્તીપર ખોળે નાખવા બરાબર છે.

મુખ્યમાં દૂધ વેચવાનો ધંધો કરનારા દૂધની ઉપજ લઈ પૈસા કમાવા માટે ખર્ચ કરી સારી ગાયભેંસ લાવે છે. દૂધ આપે ત્યાંસુધી રાખી પછી પાણીના મૂલે વેચી નાખે છે, પણ સારા માણસોને-પાળી શકે તેને આપતા નથી અને વાદરા વગેરે કતલખાનામાં પૈસા કમાવા આધળા બને છે જેમની જાંદગી પરમાત્મા પણ ટુકી કરી નાખે છે, ત્યારે પાપનું ફળ મળ્યું એમ મનમાં સમજે છે.

ન્યારથી ઢોર ઉછેરવાનું કામ ભૂલાયું છે, ત્યારથી નીચે પ્રમાણે ખેતીને ધક્કો લાગ્યો છે —

(૧) જાણિયું ખાતર નહિ મળવાથી જમીન તરાતી નથી (૨) ઢોર કતલખાને જઈ તેમજ મોતથી મરે છે તેમના હાડકા-ચામડા પરદેશ ચઢે છે; એટલે જમીનમાં ખાતરતરીકે તેનો ઉપયોગ થતો નથી, જેથી જમીનની ઉત્પાદક શક્તિ ઓછી થઈ છે અને અનાજ તથા કઠોળના કણસલા નાના અને ઓછા પુષ્ટિકારક તત્ત્વવાળા બન્યા છે. (૩) ગાયો ચરવાની જગ્યાઓ ગૌચર નહિ રહેવાથી ખોદાયા કરતી અને તે પર જાણુપીશાબનું ખાતર પડવાથી પુષ્ટિકારક મોટું ઘાસ થતું તે થતું નથી, એટલે ઢોર નબળાં પડ્યા છે. (૪) બળદ કમ-તાકાતવાળા નાના કંઠના થયા, એટલે ખેતર ખેડાતા નથી. આમ ખેતરની ઉચ્ચપાયાલ સારી નહિ થવાથી પેદાશ પણ ઓછી થઈ છે. (૫) બગ્ગરમાં અને ટોળામાં આકેલા સાઠ ફરતા, જેના વાજરડા સારા

થતા તેવા સાઠ હવે ટોળામા રાખવામા આવતા નથી (૬) ગાયો ઉછેરવાનો ધંધો કરનારને પૈસા ધીરીને સારી ગાયો અને ઉત્તમ ઓલાદના સાઠ રાખવા ગોઠવણ કરી આપવી (૭) ચરવાની જગ્યાએ જનવરના આરામ માટે છૂટા છૂટા ઝાડ વવરાવવા, જેથી જમીન તેમજ હવા ઠંડી રહે છે અને ધાસ લાખા વખત સુધી સૂકાતુ નથી (૮) ગાયોના ટોળામા નાની ઉમરના ખુટ નહિ રાખવા (૯) દોરની ઉછેર કરવાવાળાના મંડળો સ્થાપી તેના અમુક નિયમો ઘડી તે માટે જોઈતી મુડી આપવા બહોળસ્ત કરવો (૧૦) દરેક ધર દીઠ એક ગાય પાળવી અને ચરવા માટે દરેક ગામે ગૌચરની ધલાયદી જમીન રાજ્યના ધણીએ મુકરર કરવી. ખેડવાણ હોય તો ખેડુતો પાસેથી મૂકાવીને પણ રાખવી જોઈએ.

આ પ્રમાણે બહોળસ્ત થાય તો ગૌપાલન અને દોરઉછેરનું કામ આગળ ચાલશે અને દેશની દરેક રીતે આખાદી થશે; માટે આ મારી નમ્ર ચરજ ધ્યાનમા લઈ ગૌપાલન કરવા તરફ લક્ષ દોરાશે તો આ લેખ લખવાનો મારો હેતુ સચવાશે પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા રાજ, ગરાશીઆ સર્વને દેશની ખેતી આખાદ કરવા અને દોર પાળી ઉછેરવાનું કામ હાથ ધરવા સુખુદ્ધિ આપે

## ૧૩-ચાલવાની આવશ્યકતા

જે માણસ દરરોજ ઘોડું/વણ ચાલવાનું રાખે છે તેને અપચો નથી થતો અને તેના શરીરમા વધારાની ચરખી પણ રહો શકતી નથી. ચાલવાના જેવી બીજી કોઈ કમરત નથી. એક અમેરિકન ડૉક્ટરે “મેડિકલ રિવ્યૂ ઑફ રિવ્યૂઝ” મા લખ્યું છે કે, દરેક માણસે પરિસ્થિતિ અનુસાર રોજ ૩ થી ૧૦ માઈલ સુધી ચાલવું જોઈએ. “ડેલી મેલ”મા એક રોગીનો કિસ્સો પ્રસિદ્ધ થયો છે. તે હમેશા માદો રહેતો હતો, રોજ દવાઓ ખાતો હતો. કોઈ દવાથી તેને કાયદો ન થવાથી તે જીવનથી કંટાળી ગયો હતો. એક ડૉક્ટરની સલાહથી

તેણે થોડું થોડું ચાલવાનું શરૂ કર્યું અને થોડાજ મહિનામાં તે પૂર્ણ રીતે સાજો તાજો થઈ ગયો ! જે માણસ રોજ ચાલી ન શકે, તેણે અઠવાડીયામાં એક વાર તો જરૂર ૧૦-૧૫ માઈલ ચાલવું જોઈએ. અઠવાડીયામાં એક દિવસ ૧૦-૧૫ માઈલ ચાલવું, બીજા છ દિવસો માટે પૂરતું છે. દિવસે લોજન કરતા પહેલા ચાલવાથી વધુ લાભ થાય છે. ચાલવાનો ઉત્તમ સમય પ્રાતઃકાળ છે.

## ૧૪-હોળી શામાટે ?

( તા. ૨૦-૨-૨૬ ના “સૌરાષ્ટ્ર” ઉપરથી )

હુતાશની એ તો ગ્રામ્યજીવનને સજનારી વિધાતા છે. એની સાથે આર્યજીવનની કેવી કેવી ઉદાર અને વિરાટ લાવનાઓ ગુંથાઈ છે ! વૈરાગ્યની ઝળહળતી મૂર્તિશા લગવાન રુદ્રે એ દિને પોતાનું ત્રીજું કોચન ખોલી કામદેવને ખાળી નાખ્યો. ઉગ્ર તપ અને ત્યાગની સિદ્ધિ ત્યારે જગતભરમાં વિરાજી રહી. અધમ વાસનાઓનો જાણે વિશ્વમાંથી સદતર લોપ થયો ! એ ઉજમાળી લાવનાને સદા જીવતી રાખવા હુતાશનીનો તહેવાર નિર્માયો છે. હુતાશની એટલે આત્મસંશોધનનો પુણ્યદિવસ. એકે એક નગરવાસીએ એ પ્રચંડ જવાબાઓમાં વિકારને, હલકી મનોદશાને અને પાપવાસનાને હોમી જીવનને નિર્મળ, સેવામય અને ત્યાગમય બનાવવાનો એ અણુ-મોલો અવસર છે. કૃષ્ણચંદ્રે એ પ્રાતઃસ્મરણીય તિથિએ માસી પુતનાના ચાનપરથી હળાહળ ઝેર ચૂસીને-પુતનાના પ્રાણતુ પાન કરીને કાલકૂટ પચાવેલા, એજ ઋગળ રાત્રિએ તે રાક્ષસીની કાયાને ખાક કરતી હુતાશનીની પાવકશિખાઓ, ગામગોદરે ભેગા મળી હોળી ખેલનારાઓની સન્મુખ સસારના ઝેર-ધૈર્ય, કાવાદાવા અને કલહકંકાસો-શમાવી માનવદેહમાં વસતા શયતાનને સહારવાનો સંદેશ પાઠવે છે.

નગાધિરાજ હિમાલયના ગિરિ-શિખરો ઉપર વિધાન પામેલી કામ-દહનની એ કથાને આજે એકે વધારે વર્ષ પૂરું થશે. ચંદ્રચૂડામણિ

ત્રિપુરારિ શંકરને તપસમાધિમાથી ડોલાવવા આવેલા કામદેવને જ્યારે એ ભગવાન રુદ્રે તેમનું ત્રીજું લોચન ઉઘાડી એમની કાપ-જવાળા-ઓથી બાળીને ભસ્મ કર્યાં, ત્યારે કૈલાસના શિખરે શિખરો એ અગ્નિ-શિખાઓથી પ્રકાશી ઉઠ્યા અને ભારતવર્ષમાં આજથી દશહજાર વર્ષ ઉપર, એ દિવસે પ્રથમ પહેલી હુતાશની પ્રકટી એ કામદેહનની ક્રિયાના સ્મરણુમાં, ભારતવાસીઓની નબળાઈએને જલાવી દેનારી હોળી, ભારતવર્ષને ગામડે ગામડે સળગશે.

હુતાશનીના ખ્યાલે એક બીજું એવુંજ પ્રતાપી સ્મરણુ પાછું સજ-વન થાય છે. વસુદેવ અને દેવકીનો ન દન કનૈયો હજી નાનકડો કા'ન-કુમારજ હતો ત્યારે પોતાના મારણહાર એ કનૈયાનો વધ કરવા મામા કંસે પુતના રાક્ષસીને મોકલી. પુતનાએ દૂધમાં વિષ મિલાવીને શ્રીકૃષ્ણને વિષપાન કરાવવાની તરકીબ (યુક્તિ) રચી. કા'નકુમાર પુતનાના પેટનું એ પાપ કળી ગયા અને એ રાક્ષસીના પ્રાણ ચૂસી લીધા. રાક્ષસી મુઝકુ થઈને ધરતી ઉપર ઢગલો થઈ પડી એ પુતનાના શબને, પાચ હજાર વર્ષ પહેલા આ ફાગણ માસની પૂર્ણિમાની રાત્રિએ અગ્નિદાહ દેવાયો-હોળી પ્રકટી એ પુતનાવધના સ્મરણુમાં, ભારતવર્ષને વિષ-પાન કરાવવા મથતા રાક્ષસોને ભસ્મીભૂત કરનારી હોળી, ભારત-વર્ષને ગામડે ગામડે સળગશે.

કામદેહન અને પુતનાવધના પવિત્ર સ્મરણોથી ઝળહળતા હોલિકા-મહોત્સવે ક્ષત્રિયોના યુગમાં વીરોના મહોત્સવનું સ્વરૂપ લીધું ચૌદ-મી સદીમાં મેવાડ-મારવાડના એકે એક રાજપૂતરાજ્યમાં હોલિકા-મહોત્સવ શસ્ત્રવિદ્યાના શિક્ષણનો અને વીરત્વના પરીક્ષણનો મહોત્સવ બનતો; ત્યારે એકે એક ભારતજન્યો કેસરિયા મળતો અને વસતપ-ચમીની પ્રભાતથી ફાગણી પૂર્ણિમાની રાત્રિસુધી-એ ચાળીસ ચાળીસ દિવસસુધી ગામેગામ અખાડાઓ સ્થપાતા, તીર દાજી અને નિશાનખાજીના ખેલો જામતા, અશ્વકળા અને તલવારની કવાયત મચતી, મલ્લોના યુદ્ધો થતા અને સમરાગણના વ્યૂહો રચી સૈન્યો સૈન્યો ખાડાના ખેલ

માંડતા ચાળીસ દિવસ સુધી ભારતનું વીર્ય અને શૌર્ય સાબુત રાખવાના તાલીમખાના ચાલતા અને છેલ્લે દિવસે મેવાડના ખુદ મહારાણા મોટો દરબાર ભરી, એ દરબાર વચ્ચે વીરતાની પરીક્ષાના રમખાણો ગોઠવતા. એમા વિજય વરનાર વીરોને મહારાણાશ્રી પોતાના હાથે વીરોચિત તલવારો બધાવતા અને પછી આખો સંઘ હોલિકાના દર્શન કરવા સચરતો. ત્યાં અનેક જુવાનો હુનુમાન બનવાનાં, અને એવાં વીરત્વનાં પ્રતો સજતા.

ભારતના જાયાઓ! ગુજરાતના ઓ નવજુવાનો! હોલિકાનો એ અર્થ છે. હોલિકા વીર બનવાની અને સૈનિક બનવાની પ્રતિજ્ઞાઓ કરવાનો પવિત્ર યજ્ઞકુંડ છે. આજની હોલિકાની યજ્ઞવેદીની સમક્ષ, ઓ યુવાનો! મહાવીર મારુતિરાજ જેવા બ્રહ્મચારી બનવાના વ્રત સજજો, ભારતના ઉદ્ધારને કાળે બીજમ્પિતામહનો વજ્રકછોટો ધારવાની પ્રતિજ્ઞાઓ કરજો, શસ્ત્રકળા, તલવારબાજી અને નિશાનબાજી, અશ્વકળા, ધનુર્વિદ્યા અને મહાવિદ્યા સિદ્ધ કરવાના મનોરથ બાધજો, આજના માયકાગલા શરીરોમાથી ડોલતા કુગર જેવા પ્રચંડ દેહો બાધવાના-એ શરીરશક્તિ ખીલવવાના અભિલાષો નોતરજો. તરુણો! આ તહેવારને એવો વીરોનો તહેવાર બનાવી દેજો; એ યજ્ઞકુંડની સાક્ષી-એ મત્ર લખજો કે ઓ સરજનહાર !

તેજોઽસિ તેજો દદાતુ । બલમસિ બલં દદાતુ ॥

**૧૫—આ તે મોટરગાડી કે મોતગાડી !**

(લોકોપર ગુજરતો એક અદૃશ્ય ગજબ-“ગુજરાતી કેસરી” ઉપરથી)

[ લેખક-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી ]

‘સાયન્સ અને ઇન્વેન્શન’ નામનું અમેરિકન માસિક જણાવે છે કે, હવામા એકે હજાર ભાગે માત્ર દોઢજ ભાગ કારબન મોનોક્સાઇડ આવી જાય તોપણ તે ભયંકર નિવડે છે. ૨૩ હોર્સપાવરની

એક મોટરકાર દર મીનીટે ૨૫ ક્યુબીક ફીટ ગેસ છોડે છે, જેમાથી ૭ ટકા અથવા ૧૧૧ ક્યુબીક ફીટ કાર્બન મોનોક્સાઇડ હોય છે. કાર્બન મોનોક્સાઇડ રંગવગરની, સ્વાદવગરની અને ગંધવગરની ગેસ છે, એટલે તે હવામા મગેલી છે કે કેમ તે જાણવું મુશ્કેલમા મુશ્કેલ છે, અને બીજી તરફ તેને માટે આપણા લોહીમા એવી સરસ સંગવડ છે કે, લોહીગાના લાલ કણમા રહેલું હીમોગ્લોબીન નામનું તત્ત્વ એને ( કાર્બન મોનોક્સાઇડને ) ઓક્સીજન ( પ્રાણવાયુ ) કરતા ૩૦૦ ગણું જલદીથી ખેંચી લે છે અને લોહીને એકદમ ઝેરી બનાવી મૂકે છે. આમ થવાથી લોહીની મારફત આપણા સ્નાયુઓને પ્રાણવાયુ મળી શકતો નથી અને મરણ નીપજે છે, હજાર ભાગ હવામા દોઢ ભાગ પણ કાર્બન મોનોક્સાઇડ હોય તો ભયંકર છે, તોપણ મોટરનું ઇજીન તો સેંકડે ૭ ભાગવાળી એટલે હજારે સાઠ ભાગવાળી ગેસ છોડે છે તેકેવી જવલેણ છે, તેનું અનુમાન કરો ! ૨૩ હાર્સપાવરનું મોટર ઇજીન દર મિનિટે એક ચોરસફુટ કારબન મોનોક્સાઇડ છોડે તે હિસાબે ૧૦×૧૦×૨૦ ફુટનો એક મોટર તખેલો તો ત્રણ મીનીટમાજ એ ઝેરી હવાથી ભરાઇ જઈ મનુષ્યના પ્રાણ લઈ શકે એનો હુમલો ખખર ન પડે તેમ થઇને ધીમે ધીમે માણસ બેલાન બની જાય છે આમ કિલનર અને શૌફરની જીંદગી જોખમમા રહે છે; અને મુબઇમા એવા તખેલા છે કે જેમા એકેક મોટરકાર આવી જાય પણ ખારી તો એક પણ ન હોય ! મોટરનું ઇજીન ચાલુ હાલતમાજ અંદર જાય અને ચાલુ હાલતમા મૂકાયા પછી થોડીક મિનિટ લગી ધુધવાટ કર્યા બાદજ બહાર નીકળે, એ મોટરના શૌફર અને કિલનરની જીંદગીના જોખમનો જવાબદાર કોણ છે ? અને આખો દિવસ મુબઇના રસ્તાઓમા એ મોટરોવાળા સેકડોને ઈજા અને કુડીબધ ખૂન કરતા ફરે અને પાચ પચાસ દડ ભરી છૂટી જાય તથા પગે ચાલનાર પોતાના જીવથી જાય એ તો એક ન્યાયનો નમુનોજ છે; પણ હવા બગાડવા માટે એ લોકો પગે ચાલનારને અને ઘરમા રહેનારને શું તુક-



સાન ભરપાઈ કરી આપે છે ? આપણે રસ્તે ફરતા હોઈએ ત્યારે આપણી બાજુમાંથી એ ભંયકરં ચીજ ઝેર રેડતી ચાલી જાય અને આપણે તે ઝેર શ્વાસમા લેતા ફરતા ફરીએ, એ જીંદગીનાં જોખમ માટે શું એ ખુનીઓને સજા નથી થવી જોઈતી ? હૃદય આફ્રિસર આ બાબત શું કહે છે ? એડલ્ટરેશનની સજા તો પોલ્યુશનની નહિ કે ? ચાલી કે બારીમાંથી રસ્તાપર કચરો નાખતા હવા બગડે તો આનાથી નહિ બગડે કે ? સ્મોક ઇસેન્સ એક્ટ છે તેના કરતા મોટરના ઝેરી ધુમાડા-માટે સખત એક્ટ થવો જ જોઈએ.

## ૧૬—નવું જગત

(મોડર્ન રિવ્યુમાના એક સંવાદ ઉપરથી—“સૌરાષ્ટ્ર” તા. ૧૫-૧૧-૨૪)

ગરીબી એ કેવો ગુન્હો ! નિર્ધનતા એ કેવું કલક ! કોઈ ગરીબ ચોરી કરે અને તેને માટે જલ તૈયાર છે; કોઈ નિર્ધન ધનને અર્થે ખૂન કરે અને એ ખુનીને માટે ફાંસીનો માચડો ઉભો છે, અને શ્રીમંત ? કોઈ શ્રીમંત ચોરી કરે, લૂટો ચલાવે અને દુનિયા તેની ચાતુરીની સ્તુતિઓ ગાવા માટે—તે લક્ષ્મીને અર્થે તેના સ્વદેશમા અને વિદેશમા માનવીના હત્યાકાંડો રચે અને એ હત્યારો સ્વદેશસેવકનું સુનામ પામે ! એ ચોરીઓ, એ લૂટો અને એ હત્યાઓથી તે દોલતમંદ બને, એટલે તેને ઉમરાવપદે ચઢાવવામા આવે; અને જગત તેની ઝુકી ઝુકીને સલામો લે ! એ જગત ! તારો કેટલો અધ પાત થયો છે !

પણ હા, આ જૂની દુનિયાના ખંડેર ઉપરજ નવું જગત રચાશે—અને જરૂર રચાશે. કોઈ જાદુગર એક રાતમાજ મહેલાતો ઉભી કરી દે, તેમ આજની પવિત્ર ગરીબીના ઉદરમાંથીજ દુનિયા અવતરશે—અને થોડા કાળમાજ અવતરશે તે નવા જગતમા સત્યના અજવાળા ચોમેર રેલાઈ રહ્યા હશે; પ્રેમની મધુરતા સર્વત્ર મધમધી રહી હશે; તે દુનિયામા સેવા સર્વની પૂજા પામશે; સર્વ સમાન મનાશે અને

સન્માનના અધિકારી ગણાશે

આજે પૃથ્વી તેની પ્રથાઓ અને તેના શિષ્ટાચારોના કાદવમા ખદબદી રહી છે; આજે ધરતી ઉપર સત્તાલોભ અને ધનતૃષ્ણાની જ્વાળાઓ સળગી રહી છે; આજે એ યુદ્ધનો સેતાન માનવીઓના અ-તરમંદિરમાથી પ્રભુને પદબ્રષ્ટ કરી રહ્યો છે, આજે શ્રીમંતોની લાલસા-તૃપ્તિને અર્થે ગરીબોની જીંદગીની હરરાજીઓ બોલાઈ રહી છે અને આજે જગત કદ્રૂપા દાનવ જેવું બની ગયું છે! પણ નવો પ્રકાશ અને નવી દૃષ્ટિ, નવો આદર્શ અને નવી આશા, એ બધી બદબોને ધોધ નાખશે; એ બધી કદ્રૂપતાને હરી લેશે અને આ જૂની કાયામા નવા પ્રાણ પૂરશે. શુદ્ધિ પામીલા આ જગતમા પ્રકાશમય, પ્રેમમય અને સુંદર પ્રભુની પુષ્પવાટિકાસમુ નવું સ્વર્ગ સર્જાશે. સ્વર્ગના ઓ સુખકર વાયરા-ઓ! તમે દેવોના ઉપભોગની એ તમારી વાયુલહરિઓ આ અવનિ ઉપર વર્ષાવો; અમારા પ્રાણમા સ્વર્ગના અમૃત ભરો અને આ ખુતીઓ તથા હૃત્પારાઓની એડીતળે ચગદાતા જગતને સેવાની અમીરીથી ઝળહળતું, પ્રેમની ખુશબોથી મહેકતું, માનવીની સ્વાધીનતાનું મહારાજ્ય બનાવો!

## ૧૭-બાળલગ્ન ને ભારે લગ્નખર્ચ

( લેખિકા-સૌં સમજીયા દેશાઈ )

બાળકો જાણે માખાપને લગ્નનો લહાવો લેવા માટેજ ન હોય તેમ આપણે માત્ર એટલોજ વિચાર કરીએ છીએ કે, ક્યારે તેમને પરણાવી દેવાય, પરંતુ તેમને કેળવણી આપી, પોતાની આજીવિકા પેદા કરવાને લાયક કરવાને કંઈ વિચાર કરતા નથી આનું પરિણામ એ આવે છે કે, તેઓ અજ્ઞાન અને અભણ રહે છે અને મોટપણમા દુ.ખી થાય છે વળી ઘણી વખત ખિચારી બાળકોને કુમળી વયથી વિધવા-પણું ભોગવવું પડે છે અને તેથી તેને તથા તેના ભાઈભાડુને આખી જીંદગી દુ.ખી થવું પડે છે, માટે બાળલગ્ન ન કરતા કન્યા ઓછામાં

ઓછી ચૌદ વર્ષની અને છોકરો ઓછામાં ઓછો વીસ વર્ષનો થાય ત્યાંસુધી તેને કેળવણી આપવાસિવાય બીજો વિચારજ કરવો ન જોઈએ. આજકાલ કન્યા-કેળવણી તરફ કંઈક લક્ષ્ય અપાય છે ખરૂં, પણ બાળ-લગ્ન થતા હોવાથી કેળવણી અધુરી અગર નહિ જેવીજ અપાય છે. પરણ્યા પછી છોકરાઓ તો લાંબુતર જીવી રાખે છે, પણ કન્યાકેળવણી તો લગ્નની સાથેજ બંધ થાય છે. લાયક ઉંમરના થયા પછીજ પુત્રી અથવા પુત્રનો વિવાહ કરવાનો વિચાર કરવો જોઈએ. નાનપણથી વિવાહ કરી રાખવો એ સાચું નથી, કારણ કે એમ કરવાથી બાળકોના મનમાં લાંબુવા કરતા પરણવાની વાત વધારે રમ્યા કરે છે વળી તેઓ મોટા થયે લાયક ન નિવડે તો માળાપને પસ્તાઈ પડે છે. પુત્રને માટે ગુણવાન ને લાયક કન્યા લેવાને બદલે કચી કન્યા લેવાથી વધારે રૂપિયા મળશે, એટલુંજ જોવાય છે. કન્યામાટે ગુણવાન વર જોવાને બદલે માત્ર કહેવાતુ કુળ જોવાય છે અને વરની લાયકી કેવી છે, તે જોવાતુ નથી આતુ પરિણામ માહું આવે છે અને દુખી થવાય છે, માટે આપણા કંઠંગા રિવાજમાં સુધારો થવાની જરૂર છે. તે નહિ થાય ત્યાંસુધી આપણી ઉન્નતિ થવાની નથી, એમ સમજી આ બાબતમાં ખાસ ધ્યાન આપવા જેવું છે. લગ્નપ્રસંગે ગળ ઉપરાત ખર્ચ કરવામાં આવે છે, તેથી આપણી પાંચમાલી થાય છે લગ્ન જેવે આનંદને પ્રસંગે શક્તિ પ્રમાણે ખર્ચ કરવા કોઈ ના કહેતુ નથી; પરંતુ શક્તિ ન હોય છતાં પણ ધરખાર ગીરો મૂકી, દેવું કરી, ગળ ઉપરાત ખર્ચ કરવું એ મૂર્ખાઈ છે.

## ૧૮—ચાહ, કાંફી ને કોકો, વહેલી પડાવે પોકો

(“વૈદ્યકદ્વપતરુ”ની ૨૧ મા વર્ષની ભેટમાંથી. લેખક-મ૦ મૂ૦ ત્રિવેદી )

ચામા મગજની શક્તિને કુદરતના નિયમની વિરુદ્ધ ઉશ્કેરવાનો ગુણ છે, કેમકે તેમાં ટેનીક ઝેંસીક જેવું શરીરનો ધાત કરનાર દ્રવ્ય

આવે છે તેમા પણ હોટલો તથા દુકાનોની ચા તો ઘણીજ ભય કરે છે; કારણકે ત્યાં ચા ઘણા વખતથી ઉકળેલી રહેતી હોય છે અને તે-માથી સુવાસિક તથા પૌષ્ટિક પદાર્થો તો ક્યારનાએ ઉડી ગયા હોય છે. ખરી વાત છે કે, ચા પીવાથી ક્ષણિક હુશિયારી આવે છે; પણ અતે તો જઠરાગ્નિ મદ થાય છે, કમતાકાત આવતી જાય છે, માન-સિક સ્થિતિ દુર્બળ થાય છે અને શરીર અનેક વ્યાધિને લાયક બની જાય છે. ચામા ટેનીક ઍસીડસિવાય સાકર પણ આવે છે અને તેથી જઠરનું શ્લેષ્મપડ સૂજી જાય છે અને તેમાથી એક જાતનો સ્ત્રાવ થાય છે, ખાવું ભાવતું નથી, મોળ આવે છે, ઉલટી થાય છે અને વખતે તાવ પણ આવી જાય છે વળી ચા પીવાથી લોહીમા યુરીક ઍસીડનું પ્રમાણ વધી જાય છે અને તેથી આતરડાં તથા જઠરની ક્રિયા મદ પડે છે

**એક ડૉક્ટરે ચાવિષે નીચે પ્રમાણે જણાવેલું છે:-**

“ચા તથા કાંફી પીનારા, મદ્યપાન કરનારા લોકોના જેવા તોફાની, નાચનારા, ગાનારા કે કજીઆ કરનારા હોતા નથી, પણ ચા તથા કાંફી તેના પીનારાને મૂર્ખ બનાવે છે, તેમના પગને નબળા કરે છે, યાદ-શક્તિનો નાશ કરે છે, હૃદયમા થડકો પેદા કરે છે, શરીરમા કપ કરે છે, હાથમા અસ્થિરતા કરે છે અને અનિદ્રાને પેદા કરે છે વળી ચાથી માથું દુ.ખે છે, જીભ ખેસ્વાદ થાય છે, સ્વભાવ ચીડીઓ થાય છે અને મીઝળ ઠેકાણે રહેતો નથી ચા તથા કાંફી પીનારાઓ ખો-લવામા મદ થાય છે, તેમના વિચારો અસ્થિર હોય છે અને માનસિક શક્તિ ગુમાવે છે ચાના વ્યસનથી અજીર્ણ, આતરડામા અવાજ તથા કબજીઆત થાય છે, અને પાચન કરનારા રસોનો અટકાવ થાય છે. આ સર્વ કારણોથી જે લોકો ચા તથા કાંફી ખહુ પીએ છે, તેઓ શરીરે દુબળા રહે છે, તેમના ગાલ ખેસી ગયેલા હોય છે, તેમના ચ-હેરા મેલા હોય છે, તેઓના માથા દુખવાનું દગ્દ વધારે પ્રમાણમા હોય છે, તેઓમા પિત્તનો કાપ નિરતર થયા કરે છે, તેમના વાળ જલ્દી ખરી પડે છે અથવા ઘોળા થાય છે. ચા તથા કાંફીનું વ્યસન

સર્વત્ર ફેલાયું છે અને તેથી લકવો, અર્દિત વા તથા નબળાઈના દરદો હઝરોગણા વધી પડ્યા છે ”

ચાવિષે એક વિદ્વાને નીચેનો એક સુંદર શ્લોક બનાવ્યો છે:-

પ્રજ્ઞૌરજ્ઞૈસ્તરુણજરઠૈર્બ્રાહ્મણૈરન્યજાતૈઃ ।

પૌરૈર્પ્રામ્યૈર્નરપતિવરૈર્નિર્ગૃહૈર્નિ સ્વકૈશ્ચ ॥

પ્રાતઃ સાયં નિયમિતતયાભ્યર્ચિતો ભક્તિભાવાદ્ ।

હા ! હા ! ચાહા હત કલિયુગે કર્ષતિ પ્રાણવિત્તમ્ ॥

અરે ડાહ્યા, મૂર્ખ, જીવાન અને વૃદ્ધ માણસો, બ્રાહ્મણ તેમજ અંલજ્ઞે, શહેરીઓ તથા ગ્રામ્યજનો, રાજાઓ અને ધરહીન તથા સાધનહીન લોકો ! તમારાથી નિયમિતપણે સવાર-સાંજ ભક્તિભાવથી આદરને પામતી ચા આ કલિયુગને વિષે પ્રાણ અને દ્રવ્ય બંનેની હાનિ કરે છે ।

આ શ્લોક અક્ષરશ સત્ય છે, એમ વિચાર કરતા સાફ માલૂમ પડશે.

- ચાથી થતી આર્થિક ખરાબી

ચાથી આર્થિક ખરાબી પણ પારવગરની છે. સને ૧૯૦૬-૭ મા આ દેશમા પાચ લાખ અગીઆર હજાર એકરમા ચા વાવવામા આવી હતી અને તેમાથી સાડીત્રેવીસ કરોડ જેટલી ચાનો પાક થયો હતો. તે પાકમાથી  $\frac{૧}{૪}$  ભાગ ચા આ દેશમા વપરાઈ હોય તેમ ગણીએ તો- પણ કરોડો રૂપીઆની ચા પીવાનું વિનાશકારક ધોરણ ચાલુ થયું ગણાય. ચાની સાથે વાપરવામાટે કરોડો રૂપીઆની ખાડ પણ પરદેશથી મગાવવી પડે છે. આ સર્વથી પૈસા તથા તદુરસ્તીના નુકસાનનો હિસાબ રહેતો નથી. આ સર્વ આર્થિક બોજને આપણા ગરીબ દેશમા વધારે પડતો છે, એમ કહેવામા જરાએ અતિશયોક્તિ નથી. મહાત્મા ગાંધીજીના સદુપદેશથી આજકાલ કેટલીક હોટલો બંધ થઈ છે અને થતી જાય છે તથા ઘણી જ્ઞાતિઓમા ચાના બહિષ્કારમાટે સખ્ત પગલા લેવાય છે અને ઘણા કુટુંબોમાથી ચા પીવાનો ચાલ નીકળી ગયો છે. આવા હાનિકારક બોજમાથી મુક્ત થવામાટે ઉગતી પ્રજા સમક્ષ ચા-ફાંશી તથા કોકોના પીણા કેટલાં જોખમકારક છે તે સમ

જવવા સધળા ઉપાયો લેવાની દેશના વિદ્વાનોની ફરજ છે.

ચાવિષે એક લેખકના ઉદ્દગારો

ચાવિષે એક લેખક પોતાના ઉદ્દગારો નીચે પ્રમાણે જણાવે છે -

“આ હતભાગ્ય હિંદમા વિદેશીઓની નકલ કરવાની નબળી પ્રકૃતિ એટલી હદ ઓળગી ગઇ છે કે તેને અકુશમા લાવતા વિલંબ લાગશે. વિદેશીઓની નીતિરીતિની નકલો કરવામા નિર્વિર્થ દેશી મગજને એટલી હદ ઉપર ચઢી ગયા છે, કે હવે સ્વાત્માભિમાન, દેશાભિમાન અને આત્મગૌરવ સર્વને છેક ભૂલી ગયા છે.”

“ચા જેવી જે ક્ષુદ્ર ચીજે આપણને નિર્લજ્જ બનાવ્યા છે, તે ઝેરી છે અને કોઇપણ રીતે કાયદાકારક નથી, એમ જાણ્યા છતાં આપણે હોસે હોસે તે પીએ છીએ; એટલું જ નહિ પણ તેને સ્વદેશી ચીજ માનીને તે વાપરીએ છીએ અને જેઓ સ્વદેશી તથા બહિષ્કારના મેળાવડાઓ અને મંડળાઓ જમાવે છે, તેઓ પણ આ ચાની પાટી” આપે છે.”

“જો હિંદુસ્તાનમા ચાનું વ્યસન લાગુ ન પડ્યું હોત તો વિદેશી ખાડ આટલી બધી પ્રચલિત થાત નહિ ખરૂં જોતા ખાડનો મુખ્ય વપરાશ, આ ડાકિણી ચાનેજ આભારી છે આ રીતે ચાએ આપણા ખિસ્સા ઉપર જબરો ખોળે નાખ્યો છે અને ધર્મથી વિમુખ કર્યા છે, તે વાત સમજ્યા પછી ચાને સ્વદેશી કહીને વધાવી લેવી તે શું શરમભરેલું નથી?”

“આટલેથીજ ચાની ખરાબી થતી નથી. ચા હિંદુસ્તાનમા પાકે છે તે વાત ખરી છે, પણ તેના ખેડુતો કાણ છે? તે ચા કેવી રીતે પકવવામા આવે છે? કેના લોહીના લોગે કાણ પૈસા મેળવે છે? અને એ માતખર-ખેડુતોની નીચતા કેટલી હદસુધી પહોંચી છે? તેનો ચાના વાપરનારાઓએ અને સ્વદેશી ચીજતરીકે ચાના વખાણ કરનારાઓએ કદી વિચાર કર્યો છે?”

“ચા બનાવવાના બગીચા આસામ, નીલગિરિ જેવા પ્રદેશોમાં ધણા છે. તે બગીચાના માલીકો લગલગ અંગ્રેજોજ છે આ ચા ઉગાડવા, ઉછેરવા અને તેને તૈયાર કરવાના કામ ઉપર જે મજૂરો છે, તે સધળા

હિંદી મળુરો છે. તે મળુરોની સખત મહેનતવડે કરોડો રૂપિયાની આ ઉત્પન્ન થઈ અગ્રેજી ચાવાળાઓને કરોડો રૂપિયાનો નફો મળે છે.”

“તે મળુરોને ઘણો હલકો પગાર આપે છે અને જ્યારે તેઓ ઠરાવેલું કામ કરી શકતા નથી, ત્યારે તેઓને નેતરની સોટીવતી નિર્દય-પણે એટલે સુધી મારે છે, કે તેમની ચામડીમાથી લોહી નીકળી ચામડી રંગાઈ જાય છે, તોપણ શિક્ષા બંધ કરતા નથી. આ સિવાય તે મળુરો ઉપર અનેક પ્રકારનો જુલમ ગુજારવામાં આવે છે. સ્વરૂપવાન સ્ત્રીઓને વિષયાધ ગોરા દેવોના કામાગ્રિમા પાતિવ્રત્યપણાની આહુતિ આપવી પડે છે. રાજપુત્રીથી તેમ ન કરે તો તેને તેમ કરવાની ફરજ પાડે છે તે મળુરોના ફોટા લેવામાં આવ્યા હોય છે અને તેમની પાસેથી પાંચ વરસનું એગ્રીમેન્ટ લખાવી લેવામાં આવે છે, તેથી તેઓ નાસી જઈ શકતા નથી જે નાસી જાય છે તેને મળુરોના એજન્ટો ફોટાની મદદથી પકડી પાડી તેના માલિકોને પાછા સોંપે છે અને ત્યાં તેનાપર પહેલા કરતા પણ વધારે ત્રાસદાયક જુલમ ગુજારવામાં આવે છે તે ગોરાની ઉપર ફરિયાદ થઈ શકતી નથી, કારણ કે પોતાની સામે ફરિયાદ કરનારા મળુરોના જડને પોતે જ હાથ છે, કેમકે સરકારે તેમને થર્ડ ક્લાસ મેજિસ્ટ્રેટની સત્તા આપેલી હોય છે બંધુઓ! ક્યા છે? હૃદય છે? તમારી જે ચાને માટે હિંદી મળુરોને-તમારા લાચાર લાઇઓને મરણશરણુ થતાસુધી ગુલામગીરીની હાડમારી ભોગવવી પડે છે, જે ચાને માટે તેમને શરદી-વાળી ગદી જમીનમાં હલકા ખોરાક ઉપર જીવન ગાળવું પડે છે, જે ચાને માટે તેમને ચામડી ફાટી લોહીની ધારાઓ વરસતા સુધી મારવામાં પડે છે, જે ચાને માટે નિરાશ્રિત હિંદી બહેનોને પોતાના પાતિવ્રત્યની આહુતિ આપવી પડે છે, જે ચાને માટે પ્રાણુથી પ્યારા પતિપત્નીને હમેશને માટે બળાત્કારથી ફરગતી આપવી પડે છે, તે ભયંકર ચાને મોટાઇના ડોળની ખાતર સ્વદેશી ચીજ ગણીને તમારા પેટમાં રેડતા હજી પણ તમને કમકમાટી આવતી નથી? “મારે ધેર

તો રોજ ૧૦ વખત ચા ઉકળે છે” “મને ચાવિના ચાલતુ નથી”  
 “ચા તો મારૂ જીવન છે” “ખાધાવિના ચાલે પણ ચા વિના તો  
 મને નહિ ચાલે” વગેરે શરમભરેલા વાક્યો બોલતા હજી પણ કંઈ  
 લાગણી ઉત્પન્ન થશે કે નહિ? શું તમે ચા પીઓ છો? અમે તો  
 કહીએ છીએ કે, ચાનો પ્યાલો નહિ પણ રક્તનો પ્યાલો તમે  
 પીઓ છો! હિંદી મનુરોની ચામડી ફાટીને જે લોહી નીકળે છે, તે  
 પીઓ છો! શું ચાના પ્યાલામાં તમે લોહી જેવો રંગ જોતા નથી?  
 અમે તો કહીએ છીએ કે, તે ચા નથી પણ પતિવ્રતા સ્ત્રીઓના  
 નષ્ટ થતા પાતિવ્રત્યના અશ્રુબિંદુઓ છે. શું તમે ચાદાનીના ઢાકણા  
 ઉપર તે બિંદુઓને જોતા નથી? અમે તો કહીએ છીએ કે, તે ચા નથી,  
 પણ નિર્દોષ મનુષ્યોત્તરી હાયવરાળ છે. શું તમારા ચાના ભરેલા પ્યાલા-  
 માથી નીકળતી વરાળ તમને તે વાતનું લાન કરાવતી નથી? શું  
 તમને ચા પીતી વખતે ગરીબ મનુરોની પીઠ ઉપર પડતા ચાખૂંકના  
 મારનું હજી પણ સ્મરણ નહિ થાય?”

“મારા સ્વદેશી બાધવો! ચાલો, આપણે પ્રતિજ્ઞાઓ કરીએ કે,  
 ધર્મબ્રષ્ટ વિદેશી ખાડની મોટી મા, દેશીઓનું રક્ત, સતીઓના શાપ,  
 બાળકોની ગાળ, ગરીબોની હાય-ચા! અમે અમારી જીદગીમાં  
 કંઈ પણ પીશું નહિ! બીજાઓને પીતા અટકાવી સ્વદેશસેવા બજા-  
 વવા યત્નો કરીશું. હૃદયવિનાના દેશી શેઠીઆઓની આગળ રડીને,  
 તેમને પગે પડીને, કાલાવાલા કરીને, સમજાવીને, કરગરીને, તેમના  
 હાથથી થતા આ પાપથી તેમને બચાવવા પ્રયત્ન કરીશું. ઈશ્વર આ  
 કામમાં અમને સહાયતા આપો! અસ્તુ.”





## ૧૯—ચા-કાફીનો વધુ ચિતાર

(લેખક—મ૦ મૂ૦ ત્રિવેદી, ‘વૈદ્યકલ્પતરુ’ના ૨૧ મા વર્ષની ભેટમાથી)

કાફી-બુદ્ધિદાણાથી થતું નુકસાન!

કાફીના ગુણદોષ લગલગ ચાને મળતાજ છે. કાફી થાકી ગયેલા માણસને ચાલાક બનાવે છે અને ઉબ્બગરો કરવો હોય, ત્યારે તે બહુ ઉપયોગી થઈ પડે છે. કાફી શરીરના અવયવોને શાંતિ આપે છે અને મગજને ઉશ્કેરે છે. ઘણા થાકમા તથા અશીર્ણથી જે ધેન ચઢે છે, તે ઉતારવામા કાફી સારી અસર કરે છે. સાધાના દુઃખાવામા તથા પગમા કળતર થતી હોય તેમા પણ કાફી સારો ગુણ આપે છે, પણ કાફીના આ સર્વ ગુણો જે લોકો તેનું નિત્ય સેવન કરે છે, તેને ખીલકુલ ફાયદો કરતા નથી, પણ ઉલટું નુકસાન કરે છે.

જેમ લીલી ચા બનાવવામાટે તેની ઉપર રંગ ચઢાવવામા આવે છે, તેમ કાફીમા ઘેરો રંગ લાવવામાટે ચીકોરી નામના મૂળીઆનું મિશ્રણ દેવામા આવે છે. કાફીના વેપારી નફો લેવા કાફીમા ચીકોરીનો ભેગ મેળવે છે; તેમ ચીકોરીના વેપારી પણ ચીકોરીમા રંગ, ગાંજર અગર ઇંટના ભૂકાનો ઉપયોગ કરે છે.

ડૉ. જેલોગ એમ. ડી. જણાવે છે કે.—“દારૂના વ્યસન કરતા પણ હાલમા ચા-કાફી વધારે નુકસાન કરી રહ્યા છે; એટલા માટે વ્યસનનિષેધક મડળીઓએ લોકોમા તે વિષે વિશેષ અજવાળું પાડવાની જરૂર છે.”

દશ કરોડ રૂપિયા ચા-કાફીમાં!

હિંદુસ્તાનમા ચા પીવાનો શોખ દિવસે દિવસે વધતો જાય છે. ચાના બગીચાવાળાઓ મોટે ભાગે વિદેશી હોય છે અને તેઓએ હિંદમા ચાનો ખપ વધારવામાટે સને ૧૯૧૬ મા ૩૬ દોઢલાખ નોખા કાઢ્યા હતા, જેના પરિણામમા તેજ વર્ષમા આશરે સાડાત્રણથી ચાર કરોડ રૂપિયાનો ચા હિંદમા વેચાયો હતો. ૧૯૧૭ મા સવા બે લાખ

રૂપિયા બાબુએ મૂક્યા હતા, પણ તે વર્ષમા કેટલો ચા વેચાયો તેનો રિપોર્ટ બહાર પડેલો ન હતો. એવો અડસટો કાઢવામા આવે છે કે, ચા પાછળ આશરે ૪ કરોડ અને વિદેશી ખાડ પાછળ ૬ કરોડ મળી ૧૦ કરોડ રૂપિયા ફક્ત ચા-ક્રાંદી પાછળ ખરચવામા આવે છે બદલામા ચા-ક્રાંદીનું દાસત્વ તથા નળણી પાચનશક્તિ મળે છે. દરેક સમ-જા માણસને પોતાના ઘરમાથી ચા, ક્રાંદી તથા કોકો જેવા વિનાશ-કારક પીણાનો જેમ અને તેમ જલદીથી બહિષ્કાર કરી આરોગ્ય તથા ધનનું રક્ષણ કરવું ઘટે છે. જે ધનનો ઉપયોગ પરદેશીઓના ખીરસા તર કરવામા થાય છે, તે ધનનો ઉપયોગ જે દેશમા વિદ્યા-હુન્નર વગેરે વધારવામા થતો હોય તો કેવું સારું !

### કોકો

કોકોનો ઉપયોગ આપણા દેશમા ચાના ઉપયોગ જેટલો વિશાળ પ્રમાણમા થયો નથી, તેનું કારણ તે ચા કરતા કધકિ મોઘો છે, તો-પણ જે લોકો ચાલુ જમાનામા પોતાને 'દેશનેબલ' કહેવડાવે છે, તેવાઓને ત્યાં કોકો પૂર્ણ સત્તા ભોગવે છે. ચાની પેઠે કોકો પણ પા-ચનશક્તિને મદદ પાડે છે. તેમા પણ નિશા રહેલો છે, કેમકે જેને તેનું વ્યસન પડે છે, તે તેને મૂકી શકતો નથી કોકો પીવાથી ચામડી જઠર અને છે, લોહી તથા બળ ક્ષીણ થાય છે અને વીર્ય કે જેનો સંગ્રહ દરેક મનુષ્યે કરવોજ જોઈએ તેને તે હરી લે છે.

કોકોની ઉત્પત્તિવિષે જે જાણવામા આવે તો જેઓના હૃદય દ-યાળુ હોય છે, તેઓ કદી તેનો ઉપયોગ કરેજ નહિ જે ડેકાણે કોકો પેદા થાય છે, ત્યાં સીદીઓ ઉપર એટલો બધો જીલમ ગુન્નરવામા આવે છે, કે જે તે આપણે નજરે જોઈએ તો ચકરી આવે અને તે પીવા-ની કદી ઇચ્છા ન કરીએ કોકોના ખેતરોમા ગીરમીટીઆ મજૂરો ઉપર થતા જીલમોવિષે મોટા મોટા પુસ્તકો રચાયા છે જે વસ્તુ મ-નુષ્યોના અતઃકરણો બાળીને તથા રક્ત ચૂમીને પકવવામા આવે છે, તે વસ્તુ મનુષ્યજાતને પુષ્ટિ આપીજ કેમ શકે?

કોકોમા ચા-કાફીના દોષો પણ રહેલા છે. કોકોનો અતિ ઉપયોગ પેસા તથા આરોગ્યનો નાશ કરવાવાળો છે. જે લોકો ચા-કાફી અગર કોકોમા પોતાના નાણાનો વ્યય કરે છે, તે લોકો જો તે વસ્તુને બદલે દૂધ લેવામાં વ્યય કરે તો તેમના આરોગ્યનું ઘણી સારી રીતે રક્ષણ થઈ શકે, તેમ છતાં જે લોકોને તેનાવિના ચાલતુજ ન હોય તે લોકોએ તુલસીનો નિર્દોષ અને પુષ્ટિકારક ચા પીવાનો ચાલ દાખલ કરવો. તેથી જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત રહેશે અને તુલસીમાં શક્તિ આપવાનો ગુણ હોવાથી શક્તિ પણ મળશે, પરંતુ જેને તે ચા અતિ ગરમ લાગે, તેણે ધકતે બરાબર સાફ કરી ચૂલાપર જુદાણાની માફક શેકી તેનું ચૂર્ણ બનાવી તેનો ચા બનાવી તે પીવે. આવી રીતે બનાવેલો ધકતો ચા પણ પુષ્ટિકારક છે. આ ચાથી તદુરસ્તી તથા પેમા બનેતું રક્ષણ થઈ શકશે.

## ૨૦-ગામઠી વનસ્પતિઓની રહા

તુલસી, કલાર, ખીલી, લળમણી અને આમો, આ પાંચે વસ્તુઓના પાન (એમાં આખાના પાન કુમળા લેવા) લઈ તેને છાંયે સૂકવી અધકચરા કરી રાખવા. ભૂખને મારનારી અને લોહીને બગાડનારી હાલની રહાને ઠેકાણે આ આરોગ્યદાયક અને વગરખર્ચે તૈયાર થતા ધરાણુ વનસ્પતિઓના ભૂકાને થોડી વાર પાણીમાં ઉકાળી લેવાથી જે રહા તૈયાર થાય છે તે ભૂખ લગાડે છે, વાયુ હટાવે છે, લોહી સુધારે છે અને એકદરે વાયુ, પિત્ત અને કફ, એ ત્રણુમાંથી કોઈ પણ પ્રકારની પ્રકૃતિવાળાને માફક આવે છે.

જેઓ ગરમાગરમ પીણાની કુટેવ નજ છોડી શકતા હોય, તેમને માટેજ ઉપલી ધરાણુ રહાની સૂચના છે; નહિ તો માણસને માટે એકલું પણ ગરમાગરમ પાણી પીવું એ આતરડાને શેકીને નિર્બળ બનાવનાર છે. પથારીમાંથી ઉઠ્યા પછી થોડા કાગળા કરીને લોટામાંનું રાતનું ભરી મૂકેલું અને તે નહિ તો છેવટે તાજું પાણી પણ એક

પ્યાલો રોજ પીધા કરવાથી જે ઉત્તમ લાભ થાય છે, તેના અસાધારણ ફાયદાઓ તો આ બાબતની અજમાયશ એક મહિનો ૨૬૫ અને બીજું ગરમાગરમ પીણું છોડીને કરી જોવાય ત્યારેજ સમજાય તેમ છે.

## ૨૧-૨૬૫ એ શું ખોરાક છે ?

૨૬૫ એ ખોરાક છે કે કેમ ? આ બાબત ઘણા ડૉક્ટરો પ્રયોગો કર્યાજ કરે છે; અને લગભગ બધા એકમત થયા છે કે, ૨૬૫ને ખોરાક કહેવો તે મૂર્ખાઈ છે ૨૬૫ તો માણસના શરીરને અશક્તિ લાવવાવાળી ચીજ છે જ્યારે કોઈ પણ કારણે શરીર થાકી જાય છે અને કુદરત કહે છે કે “તું કામ કરતો નહિ” ત્યારે આ થાકેલો માણસ ૨૬૫નો પ્યાલો લઈ પેટમાં ઝેર નાખે છે આ ઝેર કહે છે કે - “રસ્તો ખુલ્લો છે, આગળ ચલાવ.” આ પ્રમાણે થાકેલો માણસ કુદરતની વિરુદ્ધ જઈ કામ શરૂ કરે છે પરિણામ એ આવે છે કે, તેને થાક વધુ ને વધુ લાગતો જાય છે અને છેવટે ટાટીઆ લાગી જાય છે. ૨૬૫ના શોખીનો સમગ્ર જઈ ૨૬૫ને બદલે છાશ પીવાનું ચાલુ કરે તો જરૂર ટાટીઆમાં વધારે બળ આવે ૨૬૫ પીવાથી તો ઉપર જણાવ્યું તેમ ટાટીઆ ગળી જવાનાજ પ્રભુએ આખ આપી છે, તેનો ઉપયોગ કરી જોનારને માટે દુનિયામાં દાખલા ઓછા બનતા નથી. અધાને માટે તો કુદરતે મોટી ખાઈ ખોદી રાખી છે; ભલે આવીને તેમાં પડે !

## ૨૨-૨૬૫ અને કૌફી

( હિંદી ‘માધુરી’ ઉપરથી )

તંબાકુની પેઠે ૨૬૫-કૌફી પણ ભારતવર્ષમાં ખૂબ પ્રચલિત છે. મહારાષ્ટ્ર અને દક્ષિણમાં તેનો સૌથી વધુ પ્રચાર છે જહોરખખર-બાબો તેને “તાબ કરનારી માત્રાઓ” કહે છે. કોઈ કોઈ તો ગરમ ૨૬૫થી તાવને દૂર કરતા ફરે છે; પણ માનનીય ( જસ્ટિસ ) ન્યાયમૂર્તિ

રમેશમ્ના મત પ્રમાણે 'તે પદાર્થો ભોજ્ય નથી પણ વિષ છે. તેના નિરતર સેવનથી એક બે પેઢીમા તે 'કુટુબના' લોકોની જીવન-શક્તિ ક્ષીણ થઇ જાય છે ધણાખરા નાના-મોટા વ્યાધિઓ રહ્યા અને કૌશીની ટેવને લીધેજ થાય છે ડૉ. વિલિયમ ટિન્સ કહે છે કે, રહ્યા-કૌશી પીનારાઓ કહે છે કે એક પ્યાલો પીવાથી જાગૃતિ આવે છે અને શક્તિ વધે છે તેનું ખરૂં કારણ તો તેમા મળેલા દૂધ અને માંસ છે જેઓ રહ્યા-કૌશીની આદતવાળા છે, તેમનામા ધણેભાગે અપચો, હૃદયમા દાહ, ચહેરાનું કરમાઈ જવું, ગભરાટ, હૃદયની અનિયમિત ગતિ, તેનું ધડકવું, માથાનો દુખાવો અને નિદ્રારોગના ચિહ્ન દેખાઈ આવે છે. એક ડૉક્ટરે ઉમેર્યું છે કે, કૌશીના એક પ્યાલામા મૂત્રના કરતાએ વધારે ચૂરિક ગેસ રહે છે હજારો સ્ત્રીપુરુષો-જેઓ નિદ્રા, શિથિલતા, અપચો અને બધકોશની ખૂંસો પાડ્યા કરે છે, તેનું કારણ આ આદતજ છે રહ્યા અને કૌશી પીનારાઓને કદાચ ખ્યાલ પણ નહિ હોય કે તે સ્ત્રીજેના સેવનથી તેઓ રક્તસ ચલનને તેજ કરનારી માત્રાઓ લે છે.

ધણા લોકો કહે છે કે, રહ્યા અથવા કૌશી પીધા બાદ તેમનો થાક દૂર થાય છે. આ બહુજ ભૂલભરેલી માન્યતા છે. વાસ્તવિક રીતે આ માત્રાઓ શિથિલતાના કેન્દ્રોને ટુક સમય માટે જરૂર બંધ કરે છે, પણ તેનો ભાવ સ્થાયી નથી હોતો ધણે ભાગે રહ્યા અને કૌશી પીનારાઓનેજ સખ્ત અપચો રહ્યા કરે છે; કારણકે તેના સેવનથી પેટમા ગાઠો બધાઈ જાય છે.

બાળકોને માટે તો તે ખાસ વર્જ્ય છે તેના સેવનથી તેમની ઉંધ ઓછી થઇ જાય છે. વાસ્તવમા બાળકોમાટે ઉંધ ખાસ જરૂરની છે. ચઢતી વયમા તેનું સેવન કરવાથી આયુષ્ય ઓછું થવા લાગે છે.

## ૨૩-ઠંડી કુલફી મલાઈ! ગરમાગરમ રહ્યા કૌશી

(દૈનિક 'હિંદુસ્તાન' માથી)

આ ખૂંમ શહેરોમા રહેનારાને કાને હમેશા પહોંચે છે આ ખૂંસો-એ માણસોની હોજરી બગાડવામા પૂરેપૂરો ભાગ લજવ્યો છે. મહાન

ડૉક્ટરોનુ કહેવુ એવુ છે કે, શરીર સારૂ રાખવાને માટે પ્રભુએ મોને દરવાજો બનાવ્યો છે જે ધરના ખારણામા આપણે સારા માણસને દાખલ કરીએ તો નુકસાન થાયજ નહિ; પણ જે બેદરકારીથી અથવા બાણીબુઝીને તેમા ખરાબ માણસો દાખલ થઈ જાય, તો જરૂરજ નુકસાન થાય છે એમ કહેવામા આવે છે કે, જે વસ્તુઓ ગમે તેટલી વખત મોમા રાખવા છતાં કાંઈ પણ જાતનું કુખ ન થાય, તેજ વસ્તુઓ ખાવા-પીવામા વાપરવી જોઈએ કુલશી, મલાઈ કે આઈસક્રીમ આપણે મોમા જરા વાર પણ રાખી શકતા નથી અને તરતજ ગળાનીચે ઉતારવા મહેનત કરીએ છીએ, તેમજ ગરમાગરમ ચ્હા-ફાંશી પણ આપણે મોમા રાખી શકતા નથી અને તરતજ ઉતારી જઈએ છીએ. આવી બેહદ ઠંડી કે બેહદ ગરમ ચીજો ખાવાથી જઠરાગ્નિને બહુજ નુકસાન પહોંચે છે. આપણા શરીરની અદર મોથી શરૂ થઈને દેઠ પુઠસુધી એક સળગ નળી છે. આ નળીને અદરથી ફરતુ ઝીણુ ચામડાનુ પડ છે આ પડ એવુ સુક્ષ્મગ્રાહી છે કે આપણા શરીરની ગરમી કરતા વધારે ગરમ કે વધારે ઠંડી ચીજ તેના સગમમા આવે તો તે કંઈયુ થઈ જાય છે આમ થવાથી તેનું કામ તે કરી શકતુ નથી અને તેથીજ ખોરાક પાચન કરવાની ક્રિયા મદ પડે છે. આટલા માટેજ બહુ ગરમ કે બહુ ઠંડી ચીજોથી ચેતતા રહેવાની જરૂર છે. આપણા કેટલાક શોખીન ભાઈઓ, સ્વાદના રસીઆ અને ગરમાગરમ દાળ કે કઢીના સખડકા લેવાવાળાઓએ પણ આ વાત લક્ષ્યમા રાખવા જેવી છે. ચ્હા, ફાંશી, કુલશી, મલાઈ વગેરેના રસિકો આની નોંધ લેશે કે? આ યોથીમાહેલા રી ગણા નથી હો ભાઈ !

## ૨૪-‘સેકેરીન’ દેશનિકાલ !

સાકરથી ૫૫૦ ગણી ગળા ‘સેકેરીન’ને બધા ઓળખે છે આ કોલતારની બનાવટ છે લાંબો વખત તે વાપરવામા આવે તો ઝેરી ગણાય છે. સાકરને બદલે ઘણા માણસો આ ચીજનો ઉપયોગ કરે છે.

એજીઅમ સરકારે આ ચીજ મગાવવાની, વાપરવાની, બહાર વેચવાની કે રાખવાની પણ મનાઇ કરેલ છે જે જે ચીજોની ખનાવટ-મા 'સેકેરીન' વાપરવામા આવેલ હોય, તેને પણ આ કાયદો લાગુ પાડ્યો છે. જોરાકની ચીજમાથી તો 'સેકેરીન'ને દેશનિકાલ કરવાની ખરેખર જરૂર છે. લેમોનેડ અને શરબતોમા એ બહુ વપરાય છે. હોટેલની ચામા પણ વપરાય છે; છતાં પ્રજા સમજતી નથી અને સરકાર કશું કરતી નથી.

## ૨૫-તમાકુના ભક્તોને ભયની ચેતવણી

( લેખક - મણિશંકર મૂળશંકર ત્રિવેદી )

તમાકુનો ઉપયોગ ત્રણસો વર્ષ પહેલાં અમેરિકામા થતો હતો. દેખાદેખીથી ત્રણસો વર્ષમા તમાકુનો ઉપયોગ એટલો બધો વધી પડ્યો છે કે એવું એકે ગામકું નહિ હોય કે જ્યાં તમાકુનો ઉપયોગ નહિ થતો હોય. જ્યાં ગામડાની વાત કરવામા આવે છે ત્યાં શહેરની તો વાતજ શી કરવી? તમાકુનો આટલો બધો ફેલાવો થવાનું મુખ્ય કારણ દેખાદેખીજ છે. જનસ્વભાવ એવો છે કે, કોઈ પણ નહારી વાત ઉપર તેના મનની પ્રવૃત્તિ જલદી થઈ જાય છે. વળી તમાકુ એક દેશમાથી બીજા દેશમા નવાઈની વસ્તુનરીકે ફેલાઈ અને ચડસાચડસીથી લોકો તેનો છૂટથી ઉપયોગ કરતા શીખ્યા.

તમાકુમાં કેફી પદાર્થો

તમાકુમા ત્રણ પ્રકારના કેફી પદાર્થો જેવામા આવે છે.-(૧) તમાકુમા નિકોટીન નામનો ચોક્કસો તેજ જેવો પ્રવાહી પદાર્થ હોય છે, તે બહુ ઝેરી છે. તેમા તમાકુની વાસ આવે છે અને તીખો હોય છે તેનું એકજ ટીપ્પુ ફૂતરાને આપ્યું હોય તો ફૂતરું મરી જાય છે. તે ઝેર તાપથી ઉઠી જાય છે. (૨) તમાકુમા બીજો તેલ જેવો કડવો પદાર્થ રહે છે. મો ઉપર મૂકવાથી તમાકુના જેવીજ તેની અસર થાય છે નાકે લગાડવાથી છીક આવે છે અને ખાવાથી ફેર તથા ચક્કર આવે છે અને ઉલટી થાય છે. (૩) તમાકુમા ત્રીજાશવાળું

તેલ રહે છે આ તેલ ઝેરી છે, તે ઉડી જતું નથી તેનું એક ટીપું મિલાડીને એ મીનિટમા મારી નાખે છે. આ ત્રણે પ્રકારના ઝેર તમાકુ-મા રહે છે, પણ તાપમા તે ઉડી જાય છે, તેમજ ઘણા થોડા પ્રમાણમા હોવાથી માણસને તમાકુનો ઉપયોગ કરવાથી મારી નાખતા નથી; તોપણ આ ત્રણે તત્ત્વો તમાકુ પીનાર ઉપર અસર કરે છે જે લોકો તમાકુ બહુ પીએ છે, તેમનામા હમેશા નિશો રહે છે અને તેનું શરીર વહેલું બગડે છે.

તમાકુ સુધવા, ખાવા ને પીવાથી થતી ખરાબી

તમાકુ સુધવાથી નિશો ઘણા ઓછા પ્રમાણમા આવે, છે અને કેટલીક વખત માથાના દરદ તથા સજેખમને શાત કરે છે, પણ તેના વખતોવખતના ઉપયોગથી કશો ફાયદો મલકતો નથી એના અતિ ઉપયોગથી નાકની અંદર ચાદી અને માથાના, ગળાના અને પેટના દરદો થાય છે. વળી છીંકણી સુધવાથી નાક તથા સાદને ઈજા થાય છે. છીંકણી ધુંટનારને ક્ષય વગેરે દરદો થયાના ઘણા દાખલા મલક્યા છે.

તમાકુ ખાવાથી અપચો, અજીર્ણ, મોતું ગધાવું, દાતનો સડો, અતિસાર, મરડો, ફેર વગેરે રોગ લાગુ પડે છે તમાકુ ખાનારને વળી થુકવા માટે વખતોવખત ઉઠવું પડે છે અને એ રીતે પણ તમાકુ ખાનાર બીજાને સુગ અને અણગમો પેદા કરે છે

તમાકુ ત્રણ રીતે પીવાય છે - (૧) હોકાથી, (૨) ચલમથી અને (૩) ખીડી અથવા ચીરટથી. દરેક રીતે પીવાથી તમાકુનો ઝેરી ધુમાડો પીનારના શ્વાસોચ્છ્વાસમા જઈ મોના, ગળાના, દમના, મગજના અને જઠરના જૂદા જૂદા રોગોને પેદા કરે છે અગર તો તેવા રોગોને લાયક શરીરને બનાવે છે વળી તમાકુ પીનારની સ્મરણશક્તિ મદ પડી જાય છે.

તમાકુનો ઉપયોગ કરવા કુદરત પણ ના કહે છે.

દાખલાતરીકે જે માણસે તમાકુનો ઉપયોગ કદી નહિ કર્યો હોય તેને જો થોડીક પણ તમાકુ ખાવા આપશું તો તેને ઉલટી થઈ ફેર આવે છે. કુદરતજ તેને શરૂઆત કરતા અટકાવે છે, છતાં તે ખાવામાજ મર્દાઈ છે .



એમ માની વખતોવખત અભ્યાસ કરી તેને ખાવાની ટેવ પાડે છે.

તમાકુમા પિત્ત વધારવાનો, મદ ચઢાવવાનો, ભ્રમ કરવાનો તથા આખના તેજને હરી લેવાનો ગુણ છે. તમાકુમા ઝેર રહેલું હોવાથી જનાવરોના-કીડીઆળા ધરોમા તે દાખવાથી કીડા તથા જતુઓ મરી જાય છે. તેના પાન અડવૃદ્ધિ (વધરાવળ) ઉપર સીલારસ ચોપડી બાધવાથી ફાયદો કરે છે. તેના પાણીથી જૂ મરી જાય છે. તેના નિલ સેવનથી શરીરમા ટુંક વખતમાટે તે જાગૃતિ પેદા કરે છે, પણ પછીથી તેના વગર ચાલતુ નથી અને તે પોતાનું છુપુ ઝેર શરીરમાં દાખલ કરી શરીરના સારા અવયવોને પણ ઝેરી બનાવે છે.

### તમાકુ પીનારાઓને સૂચના

તમાકુનું વ્યસન દુષ્ટ છે તેનાથી કેાઇ પણ પ્રકારનો લાભ છેજ નહિ. ફક્ત થોડાક વખતસુધી તે શરીરને નિશામાં રાખે છે, પણ અતે તો તમાકુથી શરીર ફિક્કું પડી જઇ પાકુરોગ અને ક્ષયરોગ થાય છે. તમાકુને લીધેજ દારૂ પીવાનું વ્યસન પડે છે તે સંબંધમા ન્યુરોર્કમા તમાકુવિરુદ્ધ હિલચાલ ચલાવનારી મડળી (ન્યુરોર્ક એન્ડી ટ્રાંબેકો સોસાયટી) પોતાના રિપોર્ટમા જણાવે છે કે, થુક પેદા થાય છે તે ગ્રથિઓ(સેલીવરી ગ્લાન્ડસ)માથી તમાકુ પીવાથી તથા ખાવાથી થુક ખૂટી જાય છે અને તેથી તમાકુ પીધા અગર ખાધા પછી (કેટલાકોને) દારૂ પીવાનું મન થાય છે. તમાકુથી નાડી નરમ પડે છે, શરીર ફિક્કું થઇ જાય છે, મોમા ચાદીઓ પડે છે, પેટમા ભય કર વ્યાધિ થાય છે, લોહી અનિયમિત રીતે ફરે છે અને આખે અધાપો આવી જાય છે કેટલાક એમ કહે છે કે, તમાકુથી અમને ઝાડા તથા પેશાબનો ખુલાસો રહે છે વખતે તેમ હશે; પણ જે લોકો તમાકુ નથી પીતા તેને પણ ઝાડા તથા પેશાબનો ખુલાસો રહે છે એક દરે જોતા તમાકુ શરીરને ખગાડનાર ચીજ છે. તમાકુ અનાજ નથી. તે નથી દૂધ કે નથી પુષ્ટિ આપનારો પદાર્થ. તમાકુ પીનારાઓએ આ સર્વ વાચી-વિચારી તમાકુને ધીમે ધીમે કાઢી નાખવા પ્રયત્ન કરવો.

તમાકુવિષે નામાંકિત ડૉક્ટરોના અભિપ્રાય

ડૉ૦ પ્રાઉટ—લખે છે કે, તમાકુ પીવાથી માણસો નબળા પડી જાય છે. લોહીમાંથી લાવારા ઘટી પીળાશ આવે છે છીકણીથી અ-  
ગુણ, કલેબળ તથા જઠરના દરદો વગેરે થાય છે અને એવા દરદોથી મૃત્યુ થયેલા દાખલાઓ મોજુદ છે

ડૉ૦ ટેલર—લખે છે કે, ૧૮૭૭ મા એક માણસે લાકડાની એક ચલમ સાફ કરી પોતાના છોકરાને રમવા આપી. છોકરાએ તે ચલમ-  
નો ઉપયોગ સાથુના પરપોટા ઉડાડવામાં કર્યો, તેથી તમાકુનું ઝેર મોદારા તે છોકરાના શરીરમાં દાખલ થયું. તેની અસરથી છોકરો બે-  
શુદ્ધ થઈ મરી ગયો

ડૉ૦ ટવીચેલ—કહે છે કે, તમાકુથી ફેફસા, હૃદય અને જઠરના  
સ્નાયુ નરમ પડી જાય છે કોઈ કોઈ વખતે હૃદય એકદમ ઓચીતુ  
બંધ થઈ મરણ પણ થઈ જાય છે

ડૉ૦ કલન—જણાવે છે કે, ઘડપણ આવ્યા પહેલા તમાકુથી સ્મ-  
રણશક્તિ નાશ પામેલી, મૂર્ખતા આવેલી અને જ્ઞાનતત્ત્વોની હાર-  
માળા બગડી ગયેલી એવા ઘણા દાખલા મારા અનુભવમાં આવ્યા છે.

ડૉ૦ ચૉલકોટ—કહે છે કે, તમાકુથી શરીરને ખીજાં જે નુકસાનો  
થાય છે, તેના કરતા સ્મરણશક્તિને વધારે નુકસાન થાય છે, એ વાત  
ચોક્કસ છે.

ડૉ૦ એલીન્સન—કહે છે કે, ક્રાન્સફેશમાં ખાસ જોવામાં આવ્યું  
છે કે જેમ જેમ તમાકુનો ઉપયોગ વધારે થતો જાય છે, તેમ તેમ  
ગાડા થઈ જતા માણસોની સખ્યા પણ વધતી જાય છે.

ગવર્નર સલીવાન—પોતાના અનુભવથી લખે છે કે, “તમાકુ મને  
જડ અને સુસ્ત કર્યાવિના, મારી નિલના વિચારની ચંચળતામાં ખલેલ  
કર્યાવિના અને મારી માનસિક શક્તિને નબળી પાડ્યાવિના કદી રહી નથી.”

ક્રાન્સફેશની શાળાઓમાં તમાકુના ઉપયોગની અટકાયત છે,  
તેમજ યુનાઇટેડ સ્ટેટમાં લશ્કરી શાળામાં ખીડી પીવાની સખ્ત મ-

નાઈ કરવામા આવી છે.

તમાકુવિષેના આ સર્વ અભિપ્રાયો વિદ્વાન અને નામાકિત ડૉક્ટરોના છે, માટે તેનો ઉપયોગ કરનારાઓએ આ ઉપરની શિખામણ ધ્યાનમા લઇ જેમ અને તેમ તેનો જલદીથી નિષેધ કરવો એજ સલાહ તથા સલામતીભરેલું છે

તમાકુવિષે મહાત્મા ગાંધીજીનો ઉપદેશ

જેવી રીતે દારૂ, ભાગ તથા અશીણ ખરાબ છે, તેથી પણ તમાકુ વધારે ખરાબ છે તમાકુની સત્તા મનુષ્યજાતિપર એટલી બધી વધી ગઇ છે કે, તેમાથી છૂટવાને માટે ઘણો વધારે સમય લાગશે નાનાથી મોટાઓ સર્વ તેના કપાટામા આવી ગયા છે. આશ્ચર્યકારક તો એ છે કે, નીતિમાન માણસો પણ તમાકુનો છૂટથી ઉપયોગ કરે છે. મિત્રના સન્માનમાટે આજકાલ તમાકુ એક ઉત્તમ સાધન થઈ પડ્યું છે. સાધારણ મનુષ્યો તો જાણતા નથી કે, તમાકુનું વ્યસન દૃઢ થાય એટલા માટે સીગારેટ અગર ચીરટ બનાવવાવાળા તેમા એક પ્રકારનો સુગંધીયુક્ત તેજબ છાટે છે. તમાકુને ટેસ્ટવાળી બનાવવામાટે તેમા અશીણનું પાણી છાટે છે, તેથી તમાકુ માણસપર જીદુર્ઘ અસર ચલાવી રહી છે. તમાકુનો ફેલાવો કરવામા હજારો રૂપિયા જાહેરખર્ચમા ફેંકી દેવામા આવે છે ચૂરોપમા ચીરટ બનાવનારી કંપનીઓ પોતાના છાપખાના ચલાવે છે, બાયોસ્કોપ ખરીદે છે, ઇનામો ટીકીટો કાઢે છે વગેરે હજારો પ્રકારની યુક્તિઓ કરે છે. તમાકુએ પોતાની સત્તા સ્ત્રીઓપર પણ ચલાવી છે. તમાકુ-ચીરટથી જે નુકસાન થાય છે, તેના આકડા વિગતવાર આપી શકાય નહિ ચીરટ પીવાવાળા જ્ઞાનશૂન્ય બની જાય છે અને બેપરવાઈથી બીજાના ધરમા રજવગર ચીરટ સળગાવી પીએ છે અને તેમા તે શરમાતા નથી.

એવો અનુભવ થયો છે કે, તમાકુ—ચીરટ પીવાવાળા આથી પણ વધારે મોટા અપરાધો કરે છે. બચ્ચાઓ બીડી પીવાને માટે પોતાના માખાપથી જાના ધરમા ચોરી કરે છે, જેલમા કેદીઓ મોટી જોખમ-

દારી સહન કરીને ખીડીને છુપાવી રાખે છે. લડાઇમાં ચીરટ પીવા-  
વાળાઓ ચીરટવગર ગાડા તથા ઉદાસ બનો જાય છે અને કોઇ પણ  
પ્રકારનું કામ કરી શકના નથી

ચીરટનું ખર્ચ—પણ કંઈ કમતી આવતું નથી કેટલાએક માણસો-  
ને તો ચીરટ પછવાડે માસિક ખર્ચ રૂ. ૭૫ કરવું પડે છે ઉપ-  
રોક્ત ઉદાહરણ તદ્દન સાચું છે મુબઇમાં ચીરટના વેપારીઓએ  
માળા ખરીદ કર્યા છે, કોઇએ ફેક્ટરી ઉભી કરી છે; વગેરે પૈસા ફક્ત  
ચીરટના ધધામાથીજ પેદા કરવાના ધણા દાખલા મળી શકે તેમ છે.

ખીડી પીવાથી પાચનશક્તિ મદ પડી જાય છે, મોઢું ગધાય છે,  
ખીડીના ધૂમાડાથી બહારની હવા દૂષિત થઇ જાય છે, દાંત કાળા તથા  
પીળા પડી જાય છે. જે મનુષ્યો નિરોગી રહેવા ઇચ્છે છે, તેઓએ  
ખીડી તથા તમાકુને અવશ્ય છોડી દેવી જોઇએ. દારૂ, તમાકુ,  
ભાગ, ગાંજે આદિ વ્યસન આપણા આરોગ્યને હરી લે છે; એટલુંજ  
નહિ પણ આપણને શુભામ બનાવી આપણી નીતિનો પણ નાશ કરે છે.

આપણા હિંદુસ્તાનમાં એક કરોડ રૂપિયાનો ધુમાડો થાય  
છે. એવું માલમ પડ્યું છે કે, બહાર દેશાવરથી હિંદુસ્તાનમાં ૧ કરોડ  
રૂપિયાની સીગારેટ આવે છે. તે સીગારેટનો ઉપયોગ આપણા  
દેશબાધવો માત્ર પુકી ધુમાડો કાઢવામાં કરે છે. આ પ્રમાણે એક  
કરોડ રૂપિયાનો ધુમાડો કરી પરદેશીઓના ખીસ્સા તરફ કરવાનું કાર્ય  
આપણે પોતેજ કરીએ છીએ. જે સર્વ ભાઇઓ સીગારેટ પીવાનો  
ભાગ કરે તો એક કરોડ રૂપિયા હિંદુસ્તાનમાં બચે અને તેનો ઉપયોગ કોઈ  
સત્કાર્યમાં થાય તો હિંદુસ્તાનને કેટલો બધો લાભ થાય !

## ૨૬-લક્ષ્મીનો વાસ

એક દિવસ ભગવાન ત્રિશુલે લક્ષ્મીજીને પૂછ્યું - ‘ હે પ્રિયે !  
શ્રીજીતિમા તમારો વાસ ક્યા ક્યા છે ? ’ સારે લક્ષ્મીજીએ કહ્યું કે -

“ પ્રભો ! જે સ્ત્રી માતૃપિતા અને સાસુસસરા આદિ વડીલોની પૂજા કરે છે અને પતિ ઉપર પ્રેમ રાખે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે ”

“ જે સ્ત્રી સુંદર વસ્ત્રાલંકારોથી નહિ પણ સદાચારથી, પોતાના અંગને શણગારે છે, કંકણથી નહિ પણ દાનથી પોતાના હાથને શોભાવે છે, નવા નવા અભિલાષોને નહિ વધારતા આત્મસંયમનો જ વધારો કરે છે, સર્વ સાથે મૌનન્યથી વર્તી સલાહસપથી રહે છે અને સદા મધુર વાણીથી બોલે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે. ”

“ જે સ્ત્રી સદા ઉદ્યોગી, સતોષી, પ્રસન્નમુખી, મિતાહારી અને મિતાચારી રહીને પોતાના હૃદયને અને શરીરને પવિત્ર રાખે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે ”

“ જે સ્ત્રી પોતાની જાતની, બાળબચ્ચાની, પતિની અને અન્ય કુટુંબીજનોની સલાહ રાખે છે, બચ્ચાને પ્રીતિપૂર્વક પોતાના જ હાથે ઉછેરે છે અને કેળવે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે ”

“ જે સ્ત્રી સૂર્યોદય પહેલાં ઉઠીને દેહ, વાળ, દાંત, કપડા અને ધરતી તમામ ચીજો સાફસૂદ્ધ કરી દે છે, કાળજીપૂર્વક ધરકામમા મગી જાય છે અને પતિ તથા બાળબચ્ચાને સુખી રાખે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે ”

x                      x                      x                      x                      x

સ્ત્રી અને પુરુષ ઉભયમા કેળવણીનો પ્રચાર નહિ થાય ત્યાં સુધી તમારાથી કશું જ બની શકવાનું નથી

પ્રથમ સ્ત્રીઓને ઉન્નત કરો અને ગરીબમા ગરીબ જનવર્ગને, બળવૃત્ત કરો, ત્યારે જ તમારા દેશનું કલ્યાણ થશે.

## ૨૭—દીકરીને પણ દીકરા જેવી જ ગણો.

ભગવાન મનુષ્યે દરમાવ્યુ છે કે —

**કન્યાપ્યેવં પાલનીયા શિક્ષणीयाति यत्नतः ।**

ભાવાર્થ.—કન્યાનું પણ પુત્રની પેઠે પાલન કરવું જોઈએ અને

ધણી કાળજીપૂર્વક તેને શિક્ષણ આપવું જોઈએ.

સ્વામી રામતીર્થજી કહે છે કે — “હિંદુમાં સ્ત્રીશિક્ષણ બધું કરી દેવામાં આવ્યું તેની સજ્જ પણ હિંદુસારી પેઠે ભોગવી રહ્યું છે. x x x સ્ત્રીશિક્ષણનો પ્રચાર કરો. તમારા પૂર્વજો સ્ત્રીશિક્ષણના પક્ષપાતી હતા. તમે કેમ વિરોધી બનીને તમારે હાથેજ તમારા પગ ઉપર કુહાડો મારો છો?”

## ૨૮—ભાગ્યવિધાત્રી

( લેખક—લાલા લજપતરાય—“ગાડીવ” તા ૧૩-૧૨-૨૫માથી )

હિંદુ કોમની અત્યારની અવદશા જોઈને જેના દિલમાં દુખની બવાળાઓ સળગતી હોય અને આ પુણ્યવંત કોમને માટે જેના અંતરમાં પ્રીતિ ઉભરાતી હોય, એવા કોઈ પણ શિક્ષિત હિંદુ આ હિંદુ મહાસભાના સમાજસુધારણાના ઝુંડાનીચે આવ્યાવિના રહી શકેજ નહિ સમાજસુધારણા, એ હિંદુ કોમની આજે પ્રથમ જરૂરિયાત છે; અને તેનાવિના આપણે રાજદ્વારી કે ખીજી પ્રગતિ એક તસુ પણ સાધી શકવાના નથી. જે કોમમાં બાળલગ્ન અને અસ્પૃશ્યતાના મૂળ આટલા ઊંડા નખાયા હોય, જે કોમ જીવનને કલેશમય જાનજી માનતી હોય, જે કોમ જીવનના પ્રાણ-દીપકને છુટાવી નાખનારા નિર્મોહ અને વૈરાગ્યના વ્રતોને પૂર્વજોનો મહામૂલો વારસો માનતી હોય અને એવા બિમાર માનસને કારણે જે કોમમાં નિરાશા અને નિરુત્સાહ, મદતા અને દીનતા જીવનક્રમ બની ગયા હોય તે કોમ, સખ્ત અથડાઅથડી અને હરિકાઈના આ યુગમાં, સન્માનનીય કોમ-તરીકે અને રાષ્ટ્રના સખળ અગતરીકે કેમ જીવી શકશે ? હિંદુ કોમ જો આપદ્વાત કરવા ન ઈચ્છતી હોય તો હિંદુઓએ, એક કોમતરીકે, એક અને અખડ બનવા હવે જાગવું જ જોઈએ હિંદુ કોમ જો જાંદગાની ચાહતી હોય તો હિંદુઓએ જાતિઓ-ઉપજાતિઓના અને વાડાઓ-ઉપવાડાઓના ભેદ ભાગવા અને સાચું સગૃહ માધવા પ્રગતિ-ને માર્ગે કુચકદમ કરવી જ જોઈએ.

એ સુધારણાની શરૂઆત આપણી માતાઓના, આપણી વિધાતા-સમી આપણી જનનીના ઉત્કર્ષથી થવી જોઈએ હિંદુધર્મ હિંદુ-નારીને લક્ષ્મી, સરસ્વતી અને શક્તિનેા અવતાર માને છે અને એનો અર્થ એ છે કે, એ નારીજ આપણા ઉત્થાન કે અધ પતનની વિ-ધાત્રી છે; પણ આજે એ દેવીનીજ કેવી દુર્દશા રહે ? હિંદુ સ્ત્રી એ અત્યારે હિંદુના ધરની ગુલામડી અને ચાકરડી છે. તેને ધરના ઉમ્મસ-વાળા ભાગમા આવવાની કે ઉઘાડે મોઝે ઉચ્ચ સ્વરે જોડવાની પણ હિંદુસમાજ મનાઈ પોકારે છે. જે વયે યુરોપ અને અમેરિકામા બાળાઓ શાળાઓમા કલ્પોલ્લ કરતી, કસરતદ્વારા તેમના શરીર સુદૃઢ બનાવતી હોય છે, તે વયે હિંદુ નારી બાળકોની જનેતા બની હોય છે અને બિમારીમા સડતી હોય છે સ્ત્રીઓમાટે લજ્જા એ ઇચ્છનીય સદ્ગુણ છે; પણ બેહદ નિરાધારતા અને બેશુમાર પરાધીનતા, એ સ્ત્રી કે પુરુષ ગમે તેને માટે મહાપાતક છે. હું માનું છું કે, હિંદુ નારી તેની લજ્જા, તેની પતિનિષ્ઠા, તેની કુટુંબલક્ષિત-એ સદ્ગુણોને બરાબર જાળવે, પણ સાથે સાથે હું હિંદુ સ્ત્રીને દુર્દાન્ત અને નિડર, સ્વાધીન અને સ્વમાની જોવા ઇચ્છું છું. એવી આત્મગૌરવ સમજનારી મહિલા-ઓજ ભારતની સ્વાધીનતા જીતી આવનારા બહાદુર પુત્રોને જન્માવશે.

હિંદુઓ ! મારા દેશબાધવો ! સ્ત્રીજ તમારી ભાગ્યવિધાત્રી છે. તેને સન્માનો, તેને શિક્ષણ આપો, તેને મનુષ્યના અધિકાર બક્ષો અને તેમા તમારો ઉદ્ધાર છે.

## ૨૯-ધરેણાં પહેરાવી બાળકોનાં ખૂન કરાવો !

(લેખક-લાલશ કર લક્ષ્મીદાસ-જુનાગઢ)

આ દેશમા અવિચારી હિંદુ તથા મુસલમાન માબાપો પોતાના બાળકોને ધરેણા પહેરાવે છે, અને તેને પરિણામે સેકડો બિચારા બાળકોના જૂદી જૂદી રીતે ખૂન થાય છે

હાલમા બીજાપુરમા બાર વરસની ઉમરના એક હિંદુ છોકરાને બે

બદમાસોએ ગળું દબાવીને તેના ધરેણા માટે મારી નાખ્યો છે; અને તે ગુન્હા માટે એક તહોમતદારને ફાંસીની સજા અને બીજાને જન્મ-દેશનિકાલની સજા થયેલી છે.

તે હતભાગી છોકરાની લાશને તેની માએ મરેલી હાલતમાં આગળથી હશે, ત્યારે તેણીએ કેટલી ખૂસો પાડી હશે, કેટલા બેરથી છાતી ફૂટી હશે અને પોતાના વહાલા દીકરાને ધરેણું પહેરાવીને પોતેજ તેનું ખૂન કરાવવામાટે તે મૂર્ખ સ્ત્રી કેટલી બધી પરતાઈ હશે ? વળી બીજી તરફ ફાંસી તથા જન્મદેશનીકાલની સજા પામેલા તહોમતદારોના કુટુંબોમાં પણ કેવી ત્રાસદાયક મોકાણ થઈ હશે, તેના ખ્યાલ કોણ કરી શકશે ? બીજા એક કેસમાં એક મુસલમાને પોતાના પાંચ વરસના ભત્રીજાને માત્ર ચાર રૂપિયાનાં ધરેણાંમાટે એક ફવામાં નાખીને મારી નાખ્યો હતો.

મારા પોતાના શહેર જુનાગઢની સરકારી કન્યાશાળામાં ધરેણા માટે થતા ખૂનોસબધી મારા હેંડબીલો મેં કેટલીક મુદત ઉપર ફેલાવેલા હતા તે એનવણીની દરકાર નહિ કરીને એક છોકરી ધરેણું પહેરીને નિશાળે જતી હતી, તેવામાં કાંઈ બદમાસ તેણીને મળ્યો. તેણીને ફેસલાવીને તે એકાત જગામાં લઇ ગયો અને ત્યાં તેણીને નિર્દય રીતે મારી નાખીને તેણીના ધરેણા લઇ ગયો.

અહમદનગર જલ્લાના એક ગામમાં પાંચ વરસની એક છોકરીના દાગીના માટે એક શખસે તેણીનું ગળું તથા પગ કાપી નાખીને મારી નાખી તે માટે અહમદનગરના સેશન્સ જડજે તે ખૂનીને ફાંસીની સજા કરી છે.

ઉપર પ્રમાણે કાંઈ સેકડો ખૂનોના રિપોર્ટો આજ સુધીમાં વર્તમાનપત્રોમાં છપાયા છે, પણ હતભાગી હિંદુ તથા મુસલમાન માખાપો બસ એતતાજ નથી. તેઓ તો પોતાના બાળકોને ધરેણા પહેરાવેજ જાય છે, અને પછી જ્યારે બાળકોનું ખૂન થાય છે, ત્યારે પોતાની મૂર્ખાઈમાટે પોક મૂકે છે.



# ૩૦-ધર્મરૂપી ખ્યાલા-કોણ કેનો શત્રુ છે!

(સ્વામી રામતીર્થ-અથ ચોથા ઉપરથી)

આ પ્રતીત થતુ હિંદુપણુ, મુસલમાનપણુ અને ઇસાઈપણુ, એ તો જૂદા જૂદા ખ્યાલાના જેવુ છે, કે જે ખ્યાલાઓવડે પવિત્ર વિશ્વ-પ્રેમરૂપી દૂધ પીવરાવવાના પ્રયત્ન વખતોવખત થયા કરે છે. x x x એવા ખ્યાલા તો આગલા વખતના પણુ અનેક આપણી આગળ પડ્યા છે; પરંતુ આપણે તો દૂધજ નેમએ, જેનાથી હૃદયની જવાળા શાત થાય એવુ પીણુજ અમને તો જલદી જલદી આપો!

x x x x

અમારે તો અકબરદિલીની(હૃદયની વિશાળતાની)જ જરૂર છે. પછી તે ગમે તે ખ્યાલામા ભરીને પાઓ! આહે તો તે ખ્યાલો નવો હોય કે જૂનો, ચીતરેલો હોય કે સાદો અને સોનાનો હોય કે માટીનો!

ખાલી ખ્યાલાનીજ ઉપાસના કરવાથી તો વિરોધજ વધે છે આ બધા ખ્યાલાઓ (સપ્રદાય અને મતમતાતરો) તો કેવળ મૂર્તિઓજ છે. જે સાચો મરત પુરુષ એ બધી મૂર્તિઓમાથી અમૂર્તસ્વરૂપ આત્મામા પહોચી ગયો, તેને ધન્ય છે! મિથ્યા નામરૂપમાથી સત્યસ્વરૂપમા પહોચી જવાતાજ-સ્વાત્માનદની પ્રાપ્તિ થતાજ એ ખ્યાલો એના હાથમાથી છૂટી ગયો, પુટી ગયો, ભાગી પડ્યો!

અમે તો ધર્મત્રયમાથી અદરતુ મગજ (તત્ત્વ) લઇએ છીએ અને શબ્દરૂપી હાડકાને કૃતરાની તરફ કેકી દઇએ છીએ

કેાઇ પણુ ધર્મ કે સંપ્રદાયની સાથે તમને વિરોધ હોય તો તેને કાપવાનું અર્થાત્ ખડન કરવાનું કાર્ય ન કરો સીધો માર્ગ એજ છે કે, તમે તેમના હૃદય કરતા તમારા હૃદયને વધારે વિશાળ-મહાન-અકબર બનાવો. તમારી પ્રેમભક્તિને એના પ્રેમ કરતા વધારી દો; તમારી માનવપ્રીતિને એની પ્રીતિ કરતા વિશેષ વિસ્તૃત કરો, તમારા સાહસને ઉચ્ચતર બનાવો અને સત્યસ્વરૂપ (પરમેશ્વર) ઉપરના તમારા વિશ્વાસ-

નદ્ધાને અત્યંત મહાન (અકબર) બનાવેા સસારના નામરૂપોનો બાહ્ય ચળકાટ, દૃશ્ય જગતની વિચિત્રતા, અસંખ્ય સ્વરૂપોની વિવિધતા, એ બધા રાગરગ ભલે બીજા કોઈની આખોને આજી નાખે, શિક્ષકો અને પ્રોફેસરો ભલે એ મૃગતૃષ્ણાની જાળમાં ફસાય, અધિકારી અને અમીરવર્ગ ભલે એ કરોળીઆની જાળમાં ગુથાઈ જાય, પડિત અને સાક્ષરો ભલે એ લહરિઓમાં આવી પડે; યુવક અને વૃદ્ધ ભલે એ સ્વપ્નમાં મોહિત થઈ જાય, પરંતુ તમારે તો એ સત્યસ્વરૂપ પરમાત્માને કદી પણ ન ભૂલવેા જોઈએ. તમારે તમારા નેત્ર એ સત્યાત્માની ઉપરથી કદી પણ ન ખસેડવા જોઈએ એા શ્રદ્ધાશીલ પુરુષો! એા સમ્યગ્દર્શીઓ! પછી જોઈ લ્યો કે એ આનંદ નથી કેમ પ્રાપ્ત થતો! અને કોણ કોનો શત્રુ છે!

## ૩૧-સ્વપત્ની-વ્યસિચાર

(લેખક--“ઓદીચ” “ચિત્રમય જગત”-ઑક્ટોબર, ૧૯૨૪.)

લગલગ બધાય પુરુષોને એવો ખ્યાલ છે કે, પોતાની વિવાહિતા સ્ત્રીસાથે મરજી પડે તેટલી વાર અને મરજી પડે તેવી રીતે ઇન્દ્રિયોની વિષયવાસના તૃપ્ત કરવામાં આવે તો તેમાં કંઈ ખોટું નથી, પરંતુ ધર્મશાસ્ત્ર, સમાજશાસ્ત્ર અને આરોગ્યશાસ્ત્રની મર્યાદા પ્રમાણે આવું કૃત્ય એ મહાપાપ છે. ધર્મશાસ્ત્રની મર્યાદાએ છે કે, ઋતુકાળની ૧૬ રાત્રિ દરમિયાનજ અને આઠ રાત્રિજ અને ગર્ભાધાનશુદ્ધિથીજ સ્ત્રીપ્રસંગ કરવો; અને ગર્ભ રહી ચૂક્યા પછી તથા પ્રસવ થયા પછી પાત્ર વર્ષસુધી બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું ઉપલી આજ્ઞાનું પાલન થાય તો આરોગ્ય, શુદ્ધિ અને જીવન સચવાઈ રહે છે અને સંતાન ધર્માત્મા ઉત્પન્ન થાય છે.

પરંતુ દુરાચારી અને ઇન્દ્રિયોના ગુલામ એવા પુરુષોએ પવિત્ર વૈવાહિક શય્યાને વ્યસિચારશુદ્ધિની દુર્ગંધથી સર્વથા ભરી મૂકી છે. પોતાની સ્ત્રી વ્યસિચારને માટે સૌથી વધારે સુગમ અને સસ્તી વસ્તુ મનાય છે. હજારો પિતાઓને એકત્ર કરી તેમના પુત્રના મોગન દર્ષી પૂછવામાં આવે કે, તેમનો આ પુત્ર શું ધર્મપુત્ર છે? શું પુત્રપ્રાપ્તિની

ધાર્મિક કર્મ અદા કરવાને, ઋતુકાળના નિયમ પ્રમાણે શુદ્ધ મનથી તેમણે સ્ત્રીગમન કરેલું હતું ? તો પ્રત્યેકની પાસેથી એકજ સાચો ઉત્તર મળશે કે, કેમળ વિપયવાસના તૃપ્ત કરવામાટેજ સ્ત્રીગમન થયું હતું, અને ગર્ભ તો અચાનકજ-દૈવયોગથી રહેલ હતો, એટલું જ નહિ પણ ગર્ભ રહ્યા પછી પણ એ પ્રવૃત્તિ જોમની તેમ અને જોવી ને તેની જારી રહી હતી અને જના ગર્ભનો જન્મ સહિસક્રામત રીતે થયો તે પણ દૈવયોગથીજ. આવા પ્રકારના પુરુષોને હાલમા પિતાનું પવિત્ર અને ગૌરવવાળું પદ મળે છે ।

આવા ધરના વ્યભિચારનું પરિણામ પુરુષો કરતા સ્ત્રીઓ ઉપર અને સતાનો ઉપર વધારે ભયંકર આવે છે. સમય, કસમય, અનેક વખતે સ્ત્રીની સહવાસની ઇચ્છા નથી હોતી જના પણ પુરુષ પોતાની આ ખૂરી લોહુપતા તૃપ્ત કરે છે, ગર્ભાવસ્થામા તો સ્ત્રીને પુરુષસંગની ખીલકુલ કામના હોતી નથી, છતાં એ અવસ્થામા પણ તે ખચવા પામતી નથી. ધર્મશાસ્ત્ર પ્રમાણે આવું દરેક કૃત્ય મહાપાપ છે અને આવી રીતે ઉત્પન્ન થયેલ સતતિ ધર્માત્મા નથી, પરંતુ કામ'ત્મા છે. અકસોસની વાત તો એ છે કે, રૂઢિ પણ આ ધર્માજ્ઞાનો ભગ કરાવવામા સામેલ છે અને તેથી આવું કૃત્ય પાપી કૃત્યમા ગણાતું નથી; પરંતુ ગર્ભિણી સ્ત્રીસાથે સગ કરવો એ મહાપાપ છે, એવું જો પુરુષો સમજતા થાય તો અવશ્ય આવા પ્રકારનો વ્યભિચાર બંધ થાય.

ગર્ભાધાનમા વીર્યની મારફતે જીવ ગર્ભમા પ્રવેશ કરે છે. શરીરનો ધર્મ છે કે, કેઈ મુડદાન વસ્તુ શરીરમા રહેવા ન પામે અને જો રહે તો 'સડવા માડે. વીર્ય-રજ્યથી માડીને પિંડ અને શરીરના અવયવો જનવામા પાત્ર મામની મુદત જોઈએ છે પાત્ર મહિનામાં ગર્ભના અવયવો તૈયાર થાય છે ગર્ભિણીમાટેનો આ સમય દોહદ-એટલે જો હૃદયવાળો (એક ગર્ભિણીતું પોતાનું અને એક ગર્ભનું) કહેવાય છે. આ સમયમા ગર્ભિણી અનેક પ્રકારની ખાવાની ઇચ્છા કરે છે. આ ઇચ્છા ગર્ભરૂપ જીવની હોય છે. આ ઇચ્છાની અમર ગર્ભ ઉપર

મહાન થાય છે. આવખતના ગર્ભિણીના આચાર-વિચાર, ખાતુ-પીતુ, દરવુ-ફરવું, એ તમામ ક્રિયાનો બળવાન પ્રભાવ ગર્ભસ્થ બચ્ચા ઉપર પડે છે આપણા ધર્મશાસ્ત્રોએ આ અતિ ઉપયોગી સમયમા ખાસ પવિત્ર રહેવા માટે ગર્ભિણીના નાના પ્રકારના નિયમો ગોઠવેલા છે. તેને અત્યારે આપણે નેવે મૂક્યા છે આ સમય-રમિયાન ને વિષય-માટે સ્ત્રી સગ કરાય તો વિષયાનદને પણ ગર્ભમા રહેલ બાળક ગ્રહણ કરી લે છે વળી એક વિચારવા જેવી બીજી વાત છે. ને ગર્ભમા રહેલ બાળક પુત્રી હોય તો તેને પોતાના પિતાનો આ વિષયાનદ પ્રાપ્ત કરવો પડે છે અને ને ઉડુ વિચારીએ તો આ એક પ્રકારતુ પુત્રી-વ્યલિચારતું પાપકૃત્યજ ગણાય, છતાં આવા કૃત્ય સકેચવિના ઘેર ઘેર વગરવિચારે થઈ રહ્યા છે. છોકરા-છોકરીઓ ધણી નાની ઉમરમાથીજ વિષયાનદની ગંદી ચેષ્ટાઓ કરતા માત્રમ પડે છે, તેવું કારણ શું ? લોકો કહે છે કે, કલજુગ આવ્યો છે, પરંતુ ખરું કારણ તો તેમના માબાપ છે. નાના છોકરાઓ આવી અબુગતી ચેષ્ટાઓ, તેઓ જ્યારે ગર્ભમા હતા ત્યારે તેમના માબાપના વ્યલિચારના પ્રભાવથી તેમની પ્રકૃતિમા લપટતા અને વ્યલિચારની રુચિ ઉત્પન્ન થઈ, તેને લીધે કરે છે. અનેક મૂર્ખ માબાપો એક એ વર્ષના બાળક સન્મુખ કુચેષ્ટાઓ કરે છે આટલા નાના બાળકો કંઈ સમજતા નથી એવું ધારીને તેમનો પડો રાખતા નથી, તે એક ભયકર ભૂલ છે. હરેક કુચેષ્ટાનો પ્રભાવ બાળક ઉપર તો પૂરેપૂરો પડે છે એ બધું સમજી જાય છે. માત્ર અશક્ત હોવાથી નકલ કરી શકતુ નથી; પરંતુ ઉમર વધતા જેવું બાળક સશક્ત થાય છે, કે તરતજ તેવી ચેષ્ટા તરફ લોભાય છે નકલ કરવી એ બાળકનો સ્વભાવ છે અનેક પ્રયોગથી માલમ પડી ચૂક્યું છે કે, નાના બાળક સન્મુખ જેવા ચાળા કરવામા આવે છે, તેવા ચાળાનું અનુકરણ ત્રણ ચાર વર્ષ પછી સમર્થ થતા તે કરવા માટે છે.

ખુદ સ્ત્રી ઉપરની અસર પણ ગંજબ થાય છે. પરણતી વખતની યુષ્ઠ, ખીલેલા પુષ્પસમાન કન્યા ચાર-પાંચ વર્ષમા રોગિણી અને મુદાલ-

સરખી બની જાય છે. અનેક સ્ત્રીઓને છાતીના રોગ અથવા પ્રસૂતિની કસ્ટુવાવડ થાય છે, અનેકના ચાર-પાંચ વર્ષમાં મૃત્યુ થાય છે. સ્ત્રી-જાતિનો સ્વભાવ સહનશીલ હોવાથી અનેક વ્યાધિઓ જીર્ણ થઈ ક્ષયનું સ્વરૂપ પકડે ત્યાંસુધી તે કષ્ટ પ્રકટ કરતી નથી. કેટલીક નાજુક સ્ત્રીઓનું શરીર પુરુષોની મૂર્ખતાને લીધે તૂટી જાય છે, ગર્ભાશય અને ગુહ્ય અવયવો શિથિલ થઈ જઈ સ્થાનભ્રષ્ટ થઈ જાય છે અને સ્ત્રી રક્ત-પ્રહર, શ્વેતપ્રહર વગેરે રોગોનું બલિદાન બને છે. સરખી રીતે તેની સુવાવડ ઉતરી શકતી નથી; ગર્ભાશયમાં હાથ નાખી બાળકને કાપી નાખી પ્રસવ કરાવવાના અનેક દાખલા વધતા જાય છે અને આ ક્રિયામાં અનેક સ્ત્રીઓના પ્રાણ જાય છે.

આ તો સરખી અથવા સજોડ ઉમરના પતિવાળી પત્નીની વાત થઈ; પરંતુ ત્રીજી અને ચોથી વારના લગ્નવાળા પુરુષની સ્ત્રીની વાત તો આથી પણ ભયાનક છે. આવા લગ્ન કરનારા પુરુષો મોટે ભાગે વ્યભિચારી હોય છે, તેમની ઉમર ૪૦ થી ૬૦ વર્ષની હોય છે. કન્યા મુઝ્યા અને વિષયસુખથી અપરિચિત હોય છે, પરંતુ તેનો પતિ રીઢો થઈ ગયેલો હોય છે. એક તો આવા પતિના સહવાસમાં કન્યાને ઉમંગ કે ઉત્સાહ હોતો નથી. મોટે ભાગે તે શરમીલી અને ડરેલી રહે છે. બાર વર્ષની કન્યા ૪૦ વર્ષના પતિનું ભારે શરીર સહન કરી શકતી નથી. તેનાથી તે નીચોવાઈ જાય છે. અનેક દાખલામાં ગર્ભાશય અવજી થઈ જાય છે અને તે અનેક રોગોના કષ્ટ ભોગવતી થઈ જાય છે આથી ઉલટું આવા દાખલામાં કેટલાએક પતિ શક્તિહીન હોય છે. વ્યભિચારની લોહપતા તો તેમની સળગેલીજ હોય છે, પરંતુ પુરુષત્વ-વગરના હોય છે. આવા પુરુષથી જોખનવતી સ્ત્રીની કામચૂંકા સદાય અસંતુષ્ટજ રહે છે. આવા પતિ તરફ તેને તિરસ્કાર, વિરક્તિ અને ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય છે સ્ત્રી નિષ્કુર બનતી જાય છે. આમાંથી અનેક પ્રકારના નિદિત પરિણામ આવે છે. કડક કુળ-મર્યાદાવાળા ઘરોમાં આમાંથી સ્ત્રીને હીન્દીરીઆ જેવા સ્નાયુમંડળના વ્યાધિઓ થાય છે; અથવા

કુળ કલકિત થાય છે સયમી જીવનને ઉત્તેજન મળે માટે શાસ્ત્રીક ગર્ભાધાન, પુસવન અને સીમંતોન્નયનના સંસ્કારનો તેના રહસ્યસાથે પુનરુદ્ધાર થવાની જરૂર છે.

## ૩૨—ધૂમ્રપાન કરવાના ફાયદા !

(દૈનિક “હિંદુસ્તાન” માથી)

ડૉક્ટરો, રસાયણશાસ્ત્રીઓ વગેરે બધા એકમત છે કે, તમાકુ માણસને ઝેરસમાન છે, એ એક ઝેરજ છે ખીડી-તમાકુ પીનારા, મુઘનારા તેમજ ચાવનારાની બાળુમાટે નીચેની વિગતો આપી છે; કેમકે જગતના અર્ધોઅર્ધ મનુષ્ય એમા ફસેલા છે

તમાકુની અદર એક તૈલી ચીજ છે, જેમા મુખ્યત્વે તમાકુની ગંધ રહેલી છે. એ ચીજનું નામ ‘નીકોટીન’ છે તમાકુમા તે સેકંડે થી ૮ ટકા હોય છે. જેમ તમાકુ જલદ તેમ આ નીકોટીન તેમા વધુ હોય છે એમ કહેવાય છે કે, એક રતલ સારી તમાકુમાથી જેટલું નીકોટીન નીકળે તેટલું નીકોટીન માત્ર ત્રણ મિનિટમા ૨૫૦૦ ફૂટરાને મારી નાખવા માટે પૂરતું છે આવું ઝેરી આ નીકોટીન છે જ્યારે એ નીકોટીન શરીરમા જાય છે, ત્યારે અદરની શ્વાસનળીને ફરતી ઝીણી ચામડીને અનહદ નુકસાન કરે છે અને અનેક જાતના દર્દો ઉત્પન્ન કરે છે.

આ નીકોટીનને પણ ભૂલાવે એવું ખીન્નું ઝેર તમાકુમા ‘કોલોડાઈન’ ફરીને છે આ કોલોડાઈનને લીધે પણ તમાકુમા ગંધ આવે છે. આ કોલોડાઈનના એક ટીપાનો વીસમો ભાગ, જેવી રીતે વિજળીના આચકાથી માણસ તરતજ મરી જાય, તેવી રીતે દેડકાને મારી નાખે છે

તમાકુના ધૂમાડામા પ્રુસીક એસીડ હોય છે તમાકુના રસિયા ધૂમાડો પેટમા જવા દઈ પાછો નાક વાટે કાઢે છે અને તેના ગોટાની લહેજત લે છે તેમને આ પ્રુસીક એમીડ કાતીલમા કાતીલ ઝેર છે, તેની ખબર નહિ હોય આ પ્રુસીક એસીડ શરીરમા જવાથી માથું ફરે છે, માથું દુખે છે તથા ચકરી આવે છે. ખીડી નહિ પીનારાને ખીડી પીતા

જે કડવો અનુભવ થાય છે, તે આને લીધે થાય છે.

તમાકુમા તે મિવાય 'ફરફરોલ' રહેલું છે. દારૂ કરતાં પણ તે વધારે નુકસાનકર્તા છે. એક સીગારેટમાથી, પાચ રૂપીઆભાર વીરકી-દારૂના જેટલું ફરફરોલ નીકળે છે.

વળી તમાકુના ધૂમાડામા કાર્બોનીક એસીડ જેસ પણ હોય છે. આ જેસ ધણેજ નુકસાનકર્તા છે, તે જાણીતી વાન છે આ હવા ફેફસામા જવા-આવવાથી ફેફસામા નમાલા કની નાખે છે અને આ કારણેજ ખીડી પીનારા ક્ષયરોગના ભોગ તરતજ થઇ પડે છે.

ઉપરની હકીકત જાણ્યા પછી કયો વિચારશીલ માણસ તમાકુની પાખે અદશે? વ્યસનના ગુનામ તો કદાચ એવી ટેવ ન પણ છોડે, પરંતુ નવું વ્યસન વહોરનાર તો આ વાચ્યા પછી જરૂર તે ટેવમાથી દૂર રહેશે.

અમેરિકાની અદર સીગારેટને દાંડીના ખીન્ના કહેવામા આવે છે અને આ કથન ખરેખર સત્ય છે અમેરિકામા એવી કેટલીએક પેઢીઓ છે, જે પોતાને લાં ખીડી પીવાવાળાને નોકર નથી રાખતી. હિંદુઓ પણ આ ધોરણ દાખલ કરે તો શું આ બધી ઓછી ન થાય? તમાકુ સાથે રાષ્ટ્રીય લડત ચલાવવાની જરૂર છે અને સ્વરાજ્ય મળ્યા પછી તો તમાકુ દેશપાર થશે, તેમા કાંઈ શકાજ નથી.

## ૩૩-ખીડીના શોડીનો સાવધાન !

એક વિદ્વાન એમ ડી ડોક્ટરે ખીડી પીનારા તથા ખીડી નહિ પીનારાના ફેફસા તપાસ્યા પરીણાતું પરિણામ એ આવ્યું કે, ખીડી પીનારા લગલગ બધાના ફેફસામા ઉપદ્રવ જોવામા આવે છે, જ્યારે ખીડી નહિ પીનારામા માત્ર સેકડે સત્તાવીસ માણસોના ફેફસામા ઉપદ્રવ માલુમ પડે છે. આ ઉપદ્રવને લીધે "લેપ"ના જંતુઓ તરતજ ઘર ઘાસી જાય છે અને નબળા ફેફસાવાળા ઉપર હલ્લો કરે છે, તેથીજ ખીડી પીનારાઓને ક્ષય સધારણું રાંતે વધારે થાય છે. ખીડી પીનારાઓ અને તમાકુના ગુનામો આ ઉપરથી કાઢી ધડો લેશે કે પછી પોતાનો દર્શક માન્યાજ કરશે?

## ૩૪-ગુમડાં વગેરે માટે કાળો સિંદૂરિયો મલમ

( 'લાઝ્યોદમ' માથી )

સિંદૂર ચોખ્ખુ શેર એક, મીઠું તેલ શેર એક, મીણુ પીળું તોલા ૨, કપૂર તોલા ૨, એ ચારે વસ્તુમાથી સિંદૂર લોઢાની કઢાઇમા નાખી ખૂબ ઘુટવું પછી તેમા તેન નાખી ચૂકા ઉપર મૂકવું; અને તે નીચે અગ્નિની ધીમી આગ આપવી તથા એક જોસ આવે એટલે તાપ કાઢી નાખીને પંખાવતી પવન નાખવો. ઉભરો બેસી ગયા પછી થોડું ઠંડું પાણી લઈને તેમા બે-ચાર ટીપા ઉકાળેલું સિંદૂર નાખી જેવું કે મલમ કંઠે અને કાળો થયો છે કે નહિ, ન થયો હોય તો એકાદ જોસ બીજો આપવો ખરાબર થયા પછી મીણુ જૂદું ગરમ કરીને તે મીણુમા તુરતજ કપૂર વાટીને નાખવું. તે બંને એક થયા પછી સિંદૂરની અદર તે નાખવું; અને થોડી વારે તે ઉતારી નાખવું. આ મલમ કાળો પલારતર થયો, પછી તેને ઠંડો પડવા દેવો. આ મલમની પટ્ટી કાખબલાઇ, ગુમડા, બદ, નાસુર, ચાદી, ગરમી ॥ ફેલાણ અને બીજા ગમે તેવા જખમે થયા હોય તો તેની ઉપર મારવાથી આરામ થાય છે.

## ૩૫-શિવાજી ન હોતા તો સુન્નત હોત સખકી

( 'કવિરાજ ભૂષણકૃત 'શિવાખાત્રી' માથી )

ખારિધિકે કુલજ ધન બનકે દાવાનલ, તરણુ તિમિર હરે કિરણુ સમાજ હૈ;  
ક સંકે કનૈયા કામધેનૂ હુ કે કટકાલ, કૈટલકે કાલિકા ખિલ ગમકે બાજ હૈ.  
ભૂખન ભનત જગજ્જલિમ સચીપતિ, પન્નગકે કુલકે પ્રખલ પક્ષિરાજ હૈ,  
રાવણુ કે રામ સહસ્રઆહુકે પરસરામ, દિવિપતિ દિગ્ગજકે સિલ સિવરાજ હૈ.  
છટત કમાનનકે તીર ગોલી બાનનકે, ગુસકિલ હોત મુરચાન હકી ઓટમે;  
તાહી સમૈ શિવરાજ હુકમ કૈલકા કિન્હો, દાવા બાધ પરહલા બીરભટ બેટમે.  
ભૂખન ભનત તેરી હિમ્મત કહોલોગિના, કિમત ધલા લગ હૈ બકે ભટ બેટમે;  
તાવ દૈ દૈ મૂબન ક ગૂરનમે, પાવ દૈ દૈ, ધાવ દૈ દૈ, અરિમૂખ દૂદે પરે કોટમે.



દારાકી ન દૌર યહ રાર નહીં ખળુવેકી, બાધિવો નહી હૈ કૈયો મીર સેહબાલકો;  
મઠ વિશ્વનાથ કો ન બાસ ગ્રામ ગોકુલકો, દેવીકો ન દેહરા ન મંદિર ગુપાલકો.  
ગાઢે ગઢ લીન્હૈ અરુ ખૈરી કતલાન કીન્હૈ, દૌર દૌર હાસિલ ઉગાહત હૈ સાલકો,  
ખૂડત હૈ દિલ્લી સો સંભારે ક્યો ન દિલ્લીપતિ ધણા આનિ લાગ્યો  
સિવરાજ મહાકાલકો.

મારકર બાદશાહી ખાકસાહી કીન્હી જિન, જેર કીન્હી જનર સો લૈ  
હદ સખ મારેકી,  
ખિસ ગઘ સેખી ફિસ ગઘ સૂરતાઘ સખ, હિસ ગઘ હિમ્મત હનરો  
લોગ ખારે કી.

બાજત દમામે લાખૌં ધૌંસા આગે ધુરજત, ગરજત મેઘ જ્યો  
બરાત ચઢે ભારેકી,

દુલ્હો શિવરાજ ભયો દરજની દમાલે વાલે, દિલ્લી દુલ્હિન ભધ શહર સિતારેકી.

દક્ષિણ જીત લિયો દલ કેવલ, પશ્ચિમ જીતકે ચામર ચાખ્યો,

રૂપ ગુમાન હર્યો ગુજરાતકો, સુરત કો રસ ચૂસકે ચાખ્યો

પંજનપેલ મલેછ મલે સખ, ભૂખન બચો જો દીન વહે ભાખ્યો,

સો રંગ હૈ શિવરાજબલી જીન, નૌરગમે રગ એક ન રાખ્યો

ગરુડકો દાવા જૈસે નાગકે સમૂહપર, દાવા નાગચૂથપર સિહ સિરતાજકો,

દાવા પુરહૂતકો પહારનકે ફૂલપર, પક્ષિનકે ગણુપર દાવા જૈસે બાજકો.

ભૂખન અખડ નવખંડ મહી મંડલમૈ, તમપર દાવા રવિકિરણુ સમાજકો,

પૂરવ પછાહ દેશ ઉત્તરતે દખિનલૌ, જહા બાદશાહી તહા દાખ સિવરાજકો.

ખેદ રાખે બિદિત પુરાન રાખે સારસુન, રામ નામ રાખ્યો અતિ

રમના સુધરમૈ,

હિંદુનકી ચોટીરોટી રાખિહે સિપાહિનકી, કાધમે જનેઉ રાખ્યો

માલા રાખી ગરમૈ.

મિડ રાખે મુગલ મરોડ રાખે બાદશાહ, ખૈરી પીસ રાખે બરદાન રાખ્યો કરમે,

રાજનકી હદ્દ રાખી તેગ બલ શિવરાજ, દેવ રાખે દેવલ સ્વધર્મ રાખ્યો ધરમૈ

દેવલ ગિરાવતે ફિરાવતે નિરાન આલી, અંમે રૂએ રાવન રાને ખીસગયે લખકી;

ગૌરા ગનપત્ત આપ ઔરનકો દેત તાપ, સખ આપકેં મકાન મારગધ દબકી,  
પીરા પૈગ બરા દિગ બરા દિખાઇ દેત, સિદ્ધકી સિદ્ધાઈ ગધ બહત પૂર સખકી;  
કાસિ હુંતે કલા ગધ મથુરા મસીદ લઈ, શિવાજી ન હોતા તૌ સુન્નત હોત સખકી.

## ૩૬—જુવાની માણવાની રીતો

(“ સૌરાષ્ટ્ર ” તા ૧૫-૧૧-૨૪ )

એક ગામડું છે કાડી રાજપૂત કે કોઈ પણ કોમનો એક ગામ-  
ડીઓ જુવાન માથે લાખા ઓળેલા વાળ રાખે, ઉપર ફરકતા છોગા  
ખોસી સાફાઓ પહેરે, આડાઅવળા શીવણવાળા-કળાવાળા કબજાઓ  
પહેરે, નાડીએ પાચ પાચ ધ્રુમતાઓ રાખે; આખમા આજણના જાદુ  
ભરે અને પનીઆરીને કિનારે ખેસી વાસણી બજાવે, એમા એ જુવાની-  
ની સકળતા માને છે જુવાની માણવાની એની એ રીત છે.

એક શહેર છે. એક શહેરી જુવાન મઝાની બાબરી ઓળે છે;  
કપાળે નાનો ચાલ્સો કરે છે, માથે આડી ટોપી મૂકે છે; હાથમા નાન-  
કડી લાકડી રાખે છે, આખે ચશ્મા પહેરી ચશ્મા નીચેથી કીણી આખે  
ઉઘાનના બાકડાઓ ઉપરથી અનેક ઇષ્ટાનિષ્ટ દ્રશ્યો જુએ છે. એની  
જુવાનીની સાર્થકતા એ એમા માને છે.

એક સેવાભાવી જુવાન છે હાથે ધોયેલી જડી ખાદીનું પહે-  
રણ, ધોતિયુ અને ટોપી પહેરે છે. એની આખે ચશ્મા નથી અને  
નથી આજણ, એના હાથમા નથી વાસણી કે નથી લાકડી. એ રસ્તે  
જતા અજાણ્યાને રસ્તો બતાવે છે, ડોસીઓ કે ડોસાઓને સહાય આપે  
છે, ગામમા પાણીના પૂર આવે છે, સારે પૂરમા તણાતા પ્રજાજનો કે  
તેમની માલમત્તાનું રક્ષણ કરવા પાણીમા ઝપલાવે છે, ગામમા આગ  
લાગે છે, ત્યારે અદર રોકકળ કરી રહેલા મનુષ્યોને બચાવવા એ  
ઝપાટાખંધ ઉપર ચઢી પોતાની ખાધ ઉપર નેમને ઉતારી લાવે છે,  
ઇન્દ્રજીવેન્દ્રા કે પ્લેગના પીડિતોને ઘરે ઘરે જઈ દવા આપે છે-તેમની  
શુશ્રૂષા કરે છે, મેળાઓ વખતે ભૂલેલાને ઘર બતાવે છે, માદાઓને દવા

આપે છે; યાત્રીઓની સગવડ અર્થ-તેમની માત્રમતાની રક્ષા અર્થે રાત્રિ-દિવસના ઉત્તરગરા વેડે છે.

ખાદી પહેરનાર ઓ જડી ધાખળીવાળા જુવાન! તેં તારી જુવાની સાચી માણી છે. તારી જુવાની સફળ ઉતારી છે તે તારું જીવન જીવી જાણ્યું છે. વૌદાના મેળામા એવી જુવાની ઝળકતી હતી,

અમારા ઓ જુવાનો! તમારે જુવાની સાચી માણવી હોય તો આવજો, આ માર્ગે અમારા તમને આમંત્રણ છે!

## ૩૭-શિવાજી-મુક્તિના યુગનો પિતા

(લેખક-સાધુ વસવાણી-“હિંદુસ્તાન” તા. ૨૧-૪-૨૪)

શિવાજી એ તો મહારાષ્ટ્રની અણુમોલ દોલન છે. મહારાષ્ટ્રજ નહિ, પરંતુ આખા હિંદનો તે આત્મા છે હું ધાર છું કે, એવો સમય આવી લાગ્યો છે, કે જ્યારે દૂરદેશ પુરુષોના ચૂકાદાવડે મહારાજ શિવાજીને માનવસમાજના શરવીર પુરુષોને મોખરે મૂકવામા આવશે. ટીકાકારો એનામા ખામીઓ શોધે છે અને એની લડાઈઓને ખામી-તરીકે આગળ ધરે છે; પરંતુ આ લડાઈઓ પોતાની જાતિને સ્વતંત્ર કરવાની ભાવનાથી લડવામા આવી હતી એના વિગ્રહો લોકરક્ષણને કાળે હતા, એ મારેજ એને ધર્મના રક્ષકતરીકે ઓળખવામા આવે છે, તે વ્યાજબી છે હિંદુઓના એ નરવીરે ઇસ્લામ ઉપર આક્ષેપો કદી કર્યા નથી, એણે એક પણ મસ્જદ તોડી નથી એ ભણેયો ન હતો, છતાં એણે હિંદુધર્મના સાર્વજનિક સિદ્ધાંતો પચાવ્યા હતા તે મોગલો-ની આપખુદ સત્તાનો વિરોધી હતો, પણ મુસલમાનધર્મનો વિરોધી ન હતો કેટલાકે તેને કાયદાનો ઉચ્છેદક ગણે છે, પણ કર્મવીરો કાયદાના અણુગા નથી પુકતા. કર્મવીરો નવી સમાજરચના અને તેની સુધારણા મારે બનાવડી કાયદાઓનો ભગ કરે છે કેટલાકે કહે છે કે, શિવાજી જળવાખોર હતો, પણ ત્યારે તો જ્યોર્જ વૉશિંગ્ટન પણ એવોજ હતો, આજી જળવાખોરો તો જગતના ઉદ્ધારકો હોય છે. હું

માનું છું કે, શિવાજી જગતની મહાશક્તિનો અંશ હતો, તેનું હથિયાર હતો, એણે ઇનિહામને નવું રૂપ આપ્યું અને મુક્તિનો નવો યુગ આરંભ્યો હાલના યૂરોપમા નેપોલિયન કરતા વધારે લશ્કરી ભેજનો પુરુષ જન્મ્યો નથી. યૂરોપ આ બળવાન વીરની ગર્જનાથી ધ્રૂજતું હતું, પણ તે હાર્યો; અને તેની હારમાટે તેનોજ દેશવાસી માર્શલ ફ્રેશ જણાવે છે કે, તેનામા એક મોટી ખોડ હતી અને આ ખોડ તેનું અડપણ હતું નેપોલિયન મહાન હતો, છતાં તેનામા અકબાવ રહી ગયો હતો એક જગતિખ્યાત વ્યક્તિ હોવા છતાં તે સર્વશક્તિમાન પ્રભુ આગળ પોતાની લઘુતા સમજી શક્યો નહિ અને તેની પાસેથી બળ અને શક્તિમાટે તેણે પ્રાર્થના કરી નહિ

શિવાજી તો અખ્યાત્મવાદી હતો, તેને દેવી સ્વપ્ને આવતા હતા, તે દુર્ગાનો ભક્ત હતો અને એજ ભક્તિના પ્રતાપે તે ગરીબો અને નિરાધારોની વહારે જતો. તેનામા અક્ષરજ્ઞાન નહોતું, છતાં ડહાપણ અગાધ હતું શૂરીગતા અને શક્તિની આ મૂર્તિમા નિર્બળો, બચ્ચાઓ, સ્ત્રીઓ અને નિરાધારોનું રક્ષણ કરવાની અડગ ભાવના હતી. એના નિખાલસ અને પ્રેમી હૃદયમા ભક્તિનો ઝરો વહેતો હતો એ મહાન રાજ્ય મેળવીને પોતાના ગુરુ રામદાસ પાસે ગયો અને તેને પોતાનું રાજ્ય અર્પણ કર્યું શિવાજીને પોતાના માટે રાજ્યની જરૂર ન હતી પોતાના ગુરુની સાથે લોહોની સેવામા પોતાનું જીવન અર્પણ કરવાની તેણે કેટલીએ વાર પોતાના ગુરુને ઈચ્છા દર્શાવી હતી. બ્યારે લોહોએ તેને પોતાનો મહાગમ્મ બનાવ્યો, ત્યારે તે માનવા લાગ્યો કે, તે મહાદેવનો સેવક થયો હતો શિવાજીનું જીવન ઉચ્ચ આશયોમાટે અર્પણ કરવામા આપ્યું હતું જે પુરૂષો પોતાની શક્તિનો ઉપયોગ પ્રભુશક્તિમા કરે, તેઓનાજ હાથે દિવનો ઉદ્ધાર થયે; કારણ કે સ્વાર્થ માટે કરેલો શ્રમ ધમાઈ જાય છે અને નાશ પામે છે, પણ ઈશ્વરને માટે કરેલો શ્રમ અમર રહે છે



## ૩૮-સાહિત્ય એટલે શું?

(લેખક-પ્રો. આનંદશંકર બાપુભાઈ ધ્રુવ, 'શારદા'-જનન્યુઆરી ૧૯૨૬)

“સાહિત્યને વિશાળ અર્થમાં લેવા હું સૂચવું છું. જીવનમાં સહસ્રાના રણ આવે, તે પણ પ્રકટ કરતા શીખવું એ આવશ્યક છે, સુંદર કાવ્યોની સાથે કંઈક વિષયોને પણ પહોંચાડે તે પણ જોઈએ. શીખવું, એ બાબત ઉપર હું યુવકોનું ધ્યાન ખેંચું છું. નવો યુગ એ કૂલના બિછાના જેવો નહિ રહે તેમાં કંટક ઉપર ચાલવાની શક્તિ પણ જોઈએ, કળા-કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવા જોઈએ અને તે માટે બુદ્ધિવૈભવ પણ જોઈએ, માટે કેવળ ભાવનાયુક્ત સાહિત્યના લેખો ઉપરજ નહિ રહેતા શાસ્ત્રના વિષયોને પણ પોતાના કરવા મથજો કેવળ હૃદયની ભાવનાને સ્પર્શ એજ સાહિત્ય નથી; પણ સૌંદર્ય, સત્ય અને નીતિના અચળ નિયમો એકતાર થાય ત્યારેજ ઉચ્ચ સાહિત્ય કહેવાય એક નવલકથામાં એક આખેહૂબ ચિત્ર હોય એવું માત્ર આખેહૂબપણ જ નહિ, પણ એમાના વિચારોમાં સર્જકશક્તિ (ક્રીએટીંગ પાવર) રહેલી હોય, તે સાથે મળવાથીજ એ સાહિત્ય કહેવાય. જગતના સાહિત્યમાં કાંઈ કેવળ હૃદયના ભાવો નથી હોતા રામાયણ એ ‘નેશન એપીક’ કેમ બની, તેનો તમે વિચાર કરો. આર્યોની સંસ્કૃતિ આખા હિંદમાં કેમ વ્યાપી તેનો તેમાં ચિતાર છે. તેમાં જો માત્ર તેટલુંજ હોત તો તે એક ઇતિહાસનું પાતું થાત, પરંતુ તેમાં જગતના સત્યો પ્રકટ થયેલા છે અને તેથીજ તે સાહિત્યનો મહાગ્રંથ છે સાહિત્ય એ જીવનને ઉન્નત બનાવનાર શક્તિ છે, એમ જો તમે માનશો તોજ તમે સાહિત્યની તેમજ તમારી ઉન્નતિ સાધી શકશો અમારા યુગમાં તેમ થઈ શક્યું નથી, પણ તે માટે આજના યુવકોમાં મારી આશાઓ રહેલી છે,

## ૩૯-પતિસ્તોત્ર

નમઃ કાન્તાય ભર્ત્રે ચ શિવચન્દ્રસ્વરૂપિણે ।

નમઃ શાન્તાય દાન્તાય સર્વદેવાશ્રયાય ચ ॥ ૧ ॥

શિવ અને ચંદ્રસ્વરૂપ કાન્ત-ભર્તાને નમસ્કાર હો. શાન્ત, દાન્ત અને સર્વ દેવના આશ્રયરૂપ પતિને નમસ્કાર હો. (૧)

નમો બ્રહ્મસ્વરૂપાય સતીપ્રાણપરાય ચ ।

નમસ્યાય ચ પૂજ્યાય હૃદાધારાય તે નમઃ ॥ ૨ ॥

બ્રહ્મરૂપ, સતીના પરમ પ્રાણરૂપ, નમસ્કાર કરવા યોગ્ય, પૂજ્ય અને હૃદયના આધાર એવા તમને નમસ્કાર હો (૨)

પञ्चપ્રાણાધિદેવાય ચશ્ચુષસ્તારકાય ચ ।

જ્ઞાનાધારાય પત્નીનાં પરમાનંદદાયિણે ॥ ૩ ॥

પાંચ પ્રાણના અધિદેવ, આખની કીકીરૂપ, જ્ઞાનના આધારરૂપ અને પત્નીને પરમ આનંદ આપનારા તમને-પતિને નમસ્કાર હો (૩)

પતિર્બ્રહ્મા પતિર્વિષ્ણુઃ પતિરેવ મહેશ્વરઃ ।

પતિશ્ચ નિર્ગુણાધારબ્રહ્મરૂપો નમોઽસ્તુતે ॥ ૪ ॥

પતિજ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ્વર છે. એજ નિર્ગુણ અને સર્વાધાર બ્રહ્મરૂપ છે, તેને નમસ્કાર હો. (૪)

ક્ષમસ્વ ભગવન્ દોષં જ્ઞાનાજ્ઞાનકૃતશ્ચ યત્ ।

પત્નીવન્ધો દયાસિન્ધો દાસીદોષં ક્ષમસ્વ ચ ॥ ૫ ॥

હે ભગવન્! જાણે-અજાણે કરેલા (મારા) અપરાધને ક્ષમા કરો. હે પત્નીના મિત્ર! હે દયાસાગર! દાસીના દોષને ક્ષમા કરો. (૫)

इदं स्तोत्रं महापुण्यं सृष्ट्यादौ पद्मया कृतम् ।

सरस्वत्या च धरया गंगया च पुरातनम् ॥ ६ ॥

सावित्र्या च कृतं पूर्वं ब्रह्मणे चापि नित्यश ।

पार्वत्या च कृतं भक्त्या कैलासे शंकराय च ॥ ७ ॥

मुनीनाञ्च सुराणाञ्च पत्नीभिश्च कृतं पुरा ।

પતિવ્રતાનાં સર્વાંસાં સ્તોત્રમેતચ્છુભાવહમ્ ॥ ૮ ॥

इदं स्तोत्रं महापुण्यं या शृणोति पतिव्रता ।

नगे वापि च नारी वा लभते सर्ववञ्छितम् ॥ ९ ॥

अपुत्रो लभते पुत्रं निर्धनो लभते धनम् ॥

‘રોગી ચ મુચ્યતે રોગાદ્વદ્ધો મુચ્યેત વન્વનાત્ ।

પતિવ્રતા ચ સ્તુત્વા ચ તીર્થસ્નાનફલં લભેત્ ।

इदं जप्त्वा सती भक्त्या भुङ्क्ते सा तदनुज्ञया ॥ ११ ॥

આ સ્તોત્ર સૃષ્ટિના આરભમા બ્રહ્માએ કરેલું. આ પુરાતન સ્તોત્રનો સરસ્વતી, ધરા અને ગંગા તેમજ સાવિત્રી પણ બ્રહ્માને ખુશી કરવા હમેશા પાઠ કરતા. શકરને ખુશી કરવા પાર્વતી પણ કૈલાસમા આ સ્તોત્રનો પાઠ કરતા; તેમજ દેવતાઓ અને મુનિઓની સ્ત્રીઓ પણ પહેલા આ સ્તોત્રનો પાઠ કરતી. આ સ્તોત્ર સર્વ પતિવ્રતાઓનું શુભ કરનાર છે. જે પતિવ્રતા આ સ્તોત્રનું શ્રવણ કરે અથવા જે નરનારી આનો પાઠ કરે, તે સર્વ વાચ્છિત ફળને પામે છે. આ સ્તોત્રના પાઠથી અપુત્રને પુત્ર ને નિર્ધનને ધન મળે છે, રોગી રોગથી અને બધિવાન બંધનથી મુક્ત થાય છે. પતિવ્રતા આનો પાઠ કરવાથી તીર્થસ્નાનના ફળને પામે છે. આ સ્તોત્રનો જપ કર્યા પછી ભક્તિથી પતિની આજ્ઞા લઇને પછી જમવું ૬-૧૧

## ૪૦-નવબધૂને ૧૧ ઉપદેશ

જાપાનમા માતા પુત્રીને લગ્નદિવસેનીચલા ૧૧ ઉપદેશ આપે છે:-

૧ બેટી ' આજે લગ્ન થયા પછી તું મારી પુત્રી નહિ રહે આજ ખુદી તું જે પ્રકારે મારી અને તારા પિતાની આજ્ઞા પાળતી રહી છે, તેજ પ્રમાણે હવે તારા સાસુ-સસરાની આજ્ઞાનું પાલન કરજે

૨ લગ્ન પછી માત્ર એક પતિજ તારો સ્વામી થશે. તેની સાથે હમેશા નમ્રતા અને મોટું મન રાખજે. પોતાના પતિની આજ્ઞાનું અક્ષરશઃ પાલન કરવું એ સ્ત્રીનો સર્વશ્રેષ્ઠ ગુણ છે.

૩ તારા સાસરિયા સાથે હમેશા વિનય અને સહનશીલતા રાખજો.  
 ૪ તેમની સાથે કદી અણુઅનાવ ન કરીશ, નહિ તો પતિનો પ્રેમ ખોઈશ.  
 ૫ ક્રોધ ના કરીશ, પતિ કંઈ અયોગ્ય કરે ત્યારે પણ મૌનજ રાખજો અને જ્યારે પતિ શાત થાય ત્યારે નમ્રનાથી તેમને સમજાવજો.  
 ૬ બહુ વાતો ન કરીશ; જૂઠું ન બોલીશ, પાડોશીની નિંદા ન કરીશ.  
 ૭ હાથ જોતારા વગેરેને તારા લાગ્યતી હકીકત ન પૂછીશ.  
 ૮ તારું ગૃહકાર્ય કરકસરથી ચલાવજો અને સાવધાનીપૂર્વક બધી વ્યવસ્થા રાખજો.

૯ તારા પિતાની ઉચ્ચ પત્ની અથવા અમીરીનો ફાકો ન રાખીશ. પતિ સમક્ષ તારા પિતાની ધનાટ્યતાના કદીપણ વખાણ ન કરીશ.

૧૦ તું યુવાન છતા પણ યુવતી મોના ટોળામા ન બેસતી. ( અર્થાત્ વૃદ્ધો પામેજ બેસવું હિતકર છે )

૧૧ હમેશા સ્વચ્છતા અને લજ્જા જળવાય એવાજ વસ્ત્રો પહેરજો, બહુ લજ્જકાદાર રંગના વસ્ત્રો ન પહેરીશ

આ ઉપદેશ પ્રાચીનકાળથી પરપરાગત ચાલતો આવ્યો છે

## ૪૧—સ્ત્રીનો દરજ્જો અને માતાનો મહિમા

સ્ત્રીજાતિવિષે પુરુષવર્ગમા તેમજ ગુરુ સ્ત્રીવર્ગમા પણ પેસી ગયેલા અજ્ઞાનમૂલક હલકા વિચારો દૂર થઈ ગયેાગ્ય સ્ત્રીનો દરજ્જો ધ્યાનપર આવે, તેટલા માટે અનેક પ્રમાણભૂત ગ્રંથો અને સમર્થ વિદ્વાનોના ઉતારા સુપ્રસિદ્ધ હિંદી “સરસ્વતી”ના જાનેવારી ૧૯૨૫ના અક્રમા તેમજ અમદાવાદમા પ્રસિદ્ધ થતા “સ્ત્રીશ્રોધ” મામિકમા પ્રસિદ્ધ થયા હતા. આ પુસ્તકના વાચકવર્ગ માટે તે ઉપયોગી લાગવાથી મોટે ભાગે એમાના તેમજ થોડે ભાગે બીજા ઉતારા આ નીચે આપવામા આવ્યા છે; જેને માટે તેના લેખક પ્રકાશક મહાશયોનો આભાર માનીએ છીએ.

અગ્રવેદ-“હું સ્ત્રી” તું ધરતી માનિક થઈને જા, અને ત્યા જેદ.



લા પુરુષો હોય તેમની સાથે રાણીની પેઠે વાતચીત કર”

રામાયણ-“સ્ત્રી ! વનને પણ રાજમહેલ કરતા સુંદર બનાવી દે છે.”

મનુસ્મૃતિ-“જે પિતા, ભાઈ, પતિ અને દિયર પોતાનું કલ્યાણ ઇચ્છે, તેમણે પોતાની પુત્રી, બહેન, સ્ત્રી અને ભાણીનું કદી પણ અપમાન કરવું જોઈએ નહિ. x x જ્યાં સ્ત્રીઓનું પૂજન થાય છે, ત્યાં દેવતાઓ નિવાસ કરે છે અને જ્યાં તેમનું પૂજન નથી થતું, ત્યાં બધી જાતના ઉત્તમ કર્મ પણ નિષ્ફળ થઈ જાય છે. x x જે ગૃહમાં સ્ત્રી પુરુષથી અને પુરુષ સ્ત્રીથી સતુષ્ટ રહે છે, ત્યાં નિશ્ચય નિત્ય કલ્યાણ થાય છે”

મહાભારત-“સ્ત્રી એ પુરુષની અર્ધાંગના છે, તેનો સૌથી મહાન મિત્ર છે; તથા ધર્મ, અર્થ અને કામનું મૂળ છે જે તેનું અપમાન કરે છે, તેનો કાળ નાશ કરે છે. સ્ત્રી એ ધરતુ ધન અને ધરતી શોભા છે, માટે સદા તેની રક્ષા કરવી જોઈએ. મહાભાગ્યવતી અને પુણ્યવાળી સ્ત્રી પૂજનીય છે.”

હઝરત મહમ્મદ સાહેબ-“તાઈ સ્વર્ગ તારી માતાનાં ચરણો નીચે છે.”

સ્વામી દયાનંદ-“ભારતવર્ષનો ધર્મ ભારતવર્ષના પુત્રોથી નહિ પણ પુત્રીઓના પ્રતાપે સ્થિર છે. ભારતીય સ્ત્રીઓએ પોતાનો ધર્મ છોડ્યો હોત તો ભારતવર્ષ ક્યારનોયે નષ્ટપ્રાય થયો હોત”

સ્વામી વિવેકાનંદ-“ભૈત્રેયી અને ગાંધી જેવી પ્રાતઃસ્મરણીય સ્ત્રીઓએ બ્રહ્મચર્યામાં સારા સારા ઋષિઓના અધિકારને પણ શોભાવ્યો હતો. હજારો વેદજ્ઞ બ્રાહ્મણોની સભામાં ગાંધીએ ગર્વપૂર્વક યાજ્ઞવલ્ક્યને બ્રહ્મચર્યાનું આહ્વાન (ચેત્તેજ) આપ્યું હતું. x x x જો એ સર્વ આદર્શરૂપ સ્ત્રીઓને અધ્યાત્મજ્ઞાનનો અધિકાર હતો, તો પછી અત્યારે તેમને એવો અધિકાર નથી, એમ કેમ કહી શકાય ?”

“અત્યારે પણ આ દેશની કન્યાઓમાં અને સ્ત્રીઓમાં જેવું મહાવર્તન, સેવાભાવ, સ્નેહ, દયા, સ્નેહ, સતોષ તથા પતિભક્તિ જોવામાં આવે છે; તેવું પૃથ્વીના બીજા કોઈ ભાગમાં મેં જોયું નથી.”

“એકમાત્ર ભારતવર્ષની કન્યાઓને જોવાથીજ આજો દરે છે.

તેમનામા લજ્જા, વિનય આદિ સદ્ગુણો હજી પણ જેવા તે તેવા રહી શક્યા છે. આવા સરસ સાધનો હોવા છતાં તમે સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિ કરી શકતા નથી!!”

“જે દેશમાં-જે પ્રજામાં નારીપૂજા નથી, તે દેશ-તે પ્રજા કોઈ કાળે મહાન કે ઉન્નત થઈ શકે નહિ નારીરૂપી શક્તિ-મૂર્તિની અવગણના કરવાથીજ આજે તમારું અધ પતન થયું છે. x x x x જે ઠેકાણે સ્ત્રીઓનો આદર ન હોય અને સ્ત્રીઓ જ્યાં ગમગીનીમાંજ સમય પસાર કરતી હોય, તે સમારની કે તે દેશની ઉન્નતિની આશા રાખવી નિષ્ફળ છે, એટલાજ માટે પ્રથમ સ્ત્રીઓને જાગૃત કરવી જોઈએ અને તે ઉદ્દેશ સિદ્ધ કરવા એક આદર્શ મઠની સ્થાપના કરવી જોઈએ. \* ∴ મહામાયાની સાક્ષાત્ પ્રતિમા જેવી સ્ત્રીજાતિનો તમે ઉદ્ધાર નહિ કરો ત્યાંસુધી તમારા દેશનો ઉદ્ધાર થનાર નથી.”

સ્વામી રામતીર્થ-“હિંદુમાં સ્ત્રીશિક્ષણ બંધ કરી દેવામાં આવ્યું તેની સજા હિંદુ સારી પેઠે ભોગવી રહ્યું છે x x x સ્ત્રીશિક્ષણનો પ્રચાર કરો. તમારા પૂર્વજો સ્ત્રી શિક્ષણના પક્ષપાતી હતા તમે કેમ વિરોધી બનીને તમારે હાથેજ તમારા પગ ઉપર કુહાડો મારો છો? જે બીજાની સ્ત્રી તરફ પાપદષ્ટિથી જુએ છે, તે પરમાત્માના ક્રોધને જાગૃત કરે છે અને પોતાને માટે નરકનો રસ્તો સાફ કરે છે.”

શ્રી. દાદાભાઈ નવરોજી-“મારી માતાએ મારી ઉપર નજર રાખીને મને મારા સહચરોના ખૂરા પ્રભાવથી બચાવ્યો.”

મ૦ ગાંધીજી-“કોઈ પણ સ્ત્રીનું સ્ત્રીત્વ ભગ કરતા પહેલાં મરી જવું એજ ઉત્તમ કર્મ છે. કોઈપણ સ્ત્રીને પાપકર્મમાંથી બચાવી લેવી એ સૌથી મહાન તીર્થ છે”

બંકિમચંદ્ર-“સ્ત્રીઓ એ સાક્ષાત્ ક્ષમા, દયા અને સ્નેહની દેવી મૂર્તિઓ છે.”

પોપ-“કેટલાક મદ બુદ્ધિવાળા કવિઓએ સ્ત્રીને ઉતારી પાડી છે. તેઓ કહે છે કે, સ્ત્રી એ એક મોઘી વિપત્તિ છે, જાતેજ ખરીદેલો

રોગ છે, સાપની પેઠે ઝેરથી ભરેલી છે અને ધરને દુઃખમય બનાવી દેનાર કાળી રાત્રિ છે; પરંતુ આ બધા નાશવત કવિતાના ખોટા ક-ટાક્ષ છે. આ અસાર સંસારમા બીજા બધા પદાર્થો તો મહેનત કરવાથી મળે છે, પરંતુ સુલક્ષણા સ્ત્રી તો માત્ર પ્રભુની કૃપાથીજ મળી આવે છે. જેની પાસે એવી સ્ત્રી હોય, તે કદી દુઃખને દુઃખ નહિ માને. મને તો વિશ્વાસ છે કે, જે સંસાર સ્ત્રીઓના કલ્યા પ્રમાણે ચાલે તો દુનિયા સ્વર્ગપુરી બની જાય !”

યંગ-“સુપાત્ર સ્ત્રી પાળેલા કૂતરાથીએ વધુ નિમકહલાલ; હોડીના સુકાનથીએ વધુ દદ અને મહેલના સ્તંભોથી પણ વધુ મજબૂત છે. વમળ-મા મૃત્યુના ડૂબકા ખાનાર માણસને કિનારો જેટલો વહાલો લાગે છે, તેનાથી પણ સુયોગ્ય સ્ત્રી વધુ વહાલી છે. વૃદ્ધ પિતાની આખે નાતો પુત્ર જેટલો સુંદર દેખાય છે, તેનાથી પણ સ્ત્રી સુંદર છે કાળી રાત્રિ પછીના મગળમય પ્રભાત કરતાયે સ્ત્રી વધુ તેજસ્વી છે અને રણમા તરસથી વ્યાકુળ થયેલા મનુષ્યને પાણી જેટલું મીઠું લાગે છે, તેનાથીએ સ્ત્રી ઘણી વધારે મીઠી છે.”

લૌવિલ-“વિધાતાએ સ્ત્રીને સુંદર બનાવી છે, એટલામાટે તેને હું મહત્ત્વવાળી નથી ગણતો; તેમજ તેને પ્રેમને ખાતર બનાવવામા આવી છે, એટલા માટે હું તેના ઉપર પ્રેમ નથી રાખતો, પરંતુ તેને હું એટલાજ માટે પૂજનીય માનું છું કે, મનુષ્યનું મનુષ્યત્વ માત્ર તેનેજ આભારી છે.”

શેક્સપીયર-“સૌંદર્યથી સ્ત્રી અભિમાની બને છે, ઉત્તમ ગુણોથી તેની પ્રશંસા થાય છે અને લન્ગવતી થઇને તે દેવી બની રહે છે.”

હંટ-“સુશીલા અને પુણ્યાત્મા સ્ત્રી જેવું દુનિયામા કાંઈ પણ સુંદર નથી.”

હાર્વેવ-“તારાઓ આકાશની કવિતા છે, તો સ્ત્રીઓ પૃથ્વીની કવિતા છે. દુનિયાના લાગ્યની રક્ષા તેમનાજ હાથમા છે.”

સૌદે-“કવિઓએ સ્ત્રીના ક્રોધની ઈશ્વરના ક્રોધની સાથે તુલના

કરી છે, પરંતુ મને મારી સ્ત્રીના ક્રોધમા એવું ઝેર કદી દેખાયું નથી. તે ક્રોધમા હોય છે ત્યારે તે મારા તરફ જોતી નથી; કેમકે તેને વિશ્વાસ છે કે, મારા તરફ દેખતાંજ તેના ક્રોધાગ્નિ પ્રેમજળ થઈને વહી જશે.”

રૂસો-“સ્ત્રીનું પુસ્તક તો સસાર છે. તે સસારમાથી જેટલું શીખે છે, તેટલું પુસ્તકોમાથી નથી શીખતી.”

આસ્કર ચાઈલ્ડ-“સ્ત્રી, એ પરમાત્માનું સૌથી મહાન જાદુ છે.”

શિલ્લર-“સ્ત્રીને પુરુષની સાથી થવાને સૂજવામા આવી છે. પ્રકૃતિ એમ ઈચ્છે છે અને પ્રાકૃત નિયમો પાળતી સ્ત્રી ઈશ્વરી આજ્ઞાનું પાલન કરે છે.”

એલન કનિંગહામ-“આવ મારી વહાલી ! આવ, મારી પાસે બેસ. રાત વીતી ગઈ છે અને ચારે બાજુ અજવાળું થઈ રહ્યું છે; પરંતુ તારાવિના મારાથી પ્રાર્થનાના શબ્દો બોલાતા નથી આવ, મારી પાસે બેસ. તું પ્રભુને મારેમાટે પ્રાર્થના કરજે, હું તારે માટે કરીશ.”

આટવે-“હે સુકુમારી ! વિધાતાએ તને પુરુષોને ઠેકાણે લાવવા માટે બનાવી છે, તું ન હોત તો અમે પણ જેવા હોત. સ્વર્ગમા પણ એવું શું છે, કે જે તારામા નથી ? અદ્ભુત તેજ, પવિત્રતા, સત્ય, અનંત આનંદ અને અમર પ્રેમ, સર્વ કંઈ તારામા છે ”

એડીસન-“વિશ્વાસ રાખો કે, જે પવિત્ર પ્રેમથી પિતા પોતાની પુત્રીપ્રત્યે જુએ છે, તે રીતે બીજે કોઈ તેનાપ્રત્યે જોઈ શકતો નથી. પત્નીપ્રત્યેના પ્રેમમા કામના છુપાઈ રહેલી હોય છે અને પુત્રપ્રત્યેના પ્રેમમાં લોભ હેતુરૂપ હોય છે; પણ જે પવિત્ર વહાલ મને મારી પુત્રી ઉપર આવે છે, તેવું બીજા કોઈની ઉપર નથી આવતું ”

જોન્સન-“મારા સૂક્ષ્મ વિચારોનું મૂળ મારી જનનીના પ્રેમ-ભર્યા હાલરડામા છે.”

શૉપનહૉર-“મનુષ્યને દૂરદર્શિતા માતાથી અને વીરતા પિતાથી વારસામા મળે છે.”

અબ્રાહમ લિન્કન-“હું જે કાંઈ કરું છું અને થઈ શકું છું,

તે દેવી પ્રકૃતિવાળી મારી માતાની પ્રસાદી છે.”

સર એડમંડ વરટી-“દરેક દેશમા, દરેક જાતિમા અને દરેક ધર્મમા મનુષ્યને તેની માતા જેવો ખનાવે છે તેવોજ તે થાય છે.”

જેર્જ હર્બર્ટ-“એક આદર્શ જનની સો ઉસ્તાદો કરતા પણ શ્રેષ્ઠ છે.”

નેપોલિયન-“ફ્રાન્સનો વૈભવ તેની માતાઓપર રહેલો છે. x x કોઈ પણ બાળકની ભાવિ ઉન્નતિ અથવા અવનતિનો આધાર તેની માતા ઉપરજ છે. x x હું મારી કર્તવ્યનિષ્ઠા અને ધૈર્ય મારી માતાની ગોદમાથી શીખ્યો છું.”

લા. ડ. વર્લે-“પુરુષની ઉન્નતિ કે અવનતિ સ્ત્રી ઉપર આધાર રાખે છે જો એ સુશિક્ષિત હોય તો પતિની ઉન્નતિનું કારણ બને છે અને જો મૂર્ખ હોય તો તે પુરુષની અવનતિનું કારણ બને છે.”

મિશલેટ-“જોકે આજે મારી માતાને પરલોકગમન કર્યાને લગભગ ત્રીસ વર્ષ થઈ ગયા છે, પરંતુ તે હજીસુધી મારા વિચારોમા તથા શબ્દોમા જીવતી છે. x x x x હું મારી તમામ ઉન્નતિઓ અને વિજયોમા મારી માતાનો દેવાદાર છું.”

ગેરીબાલ્ડિ-“મને મારા દેશપ્રત્યે જે શુદ્ધ પ્રેમ છે અને જેણે મને મારા અભાગી સ્વદેશબધુઓના આત્મારૂપ ખનાવ્યો છે, તેનો પ્રારભ, જ્યારે હું મારી માતાને દીનોપ્રત્યે સહાનુભૂતિ બતાવતી અને દુખીઆ લોકોપર દયા કરતી જોતો સારથી થયો છે.”

ગોલ્ડસ્મિથ-“જે સ્ત્રી પોતાના પતિ તથા બાળકોને નિરંતર આનંદમા રાખે છે, તેની પાસે આખા જગતની સમ્રાજીનો વૈભવ તુચ્છ છે.”

બુલ્વર-“હે સ્ત્રી! તું અમો પુરુષોને સાક્ષાત્ માનવજાતિની થઈને મુશ્કેલીના પ્રસંગોમા માર્ગદર્શક થવાવાળી સિદ્ધિકર દેવી છે. તારામાં ઈશ્વરી અશ છે.”

ક્રેડરિક હેસ્ટન-“જ્યા માતાપિતા અને વિશેષે કરીને માતા બુદ્ધિમતી હોય છે, એ ગૃહ મનુષ્યત્વ અને સહયતાનું મહાવિદ્યાલય

છે ધરમાજ મહત્ત્વપૂર્ણ અને અત્યંત અગત્યના પાકોનું શિક્ષણ મળે છે; માટે મહાન પુરુષો ઉત્પન્ન કરવા માટે અમારે એવી માતાઓની અગત્ય છે, કે જે પોતાનો પૂર્ણ સમય કઠિન કાર્યો કરવામાં ગાળવાની યોગ્યતા રાખતી હોય અને સાથે અમને એવી જનનીઓની અગત્ય છે, કે જેનું હૃદય અને મસ્તિષ્ક સંપૂર્ણ રીતે વિશુદ્ધ હોય ”

## ૪૨-પરદેશી ખાંડ એટલે બ્રષ્ટતાનો ભંડાર !

(લેખક:-એક પ્રમજન-“કચ્છી” તા ૨૦-૫-૨૩)

૧ એનસાઇક્લોપીડીઆ બ્રીટાનીકા જેવો બળવાન અને ધણાં વર્ષોની શોધબોળને અતે તૈયાર થયેલો મહાન ગ્રંથ કે જેને આધારે સરકાર ફેંસના આપે છે, તેને ૬૬૭ મે પાને લખેલ છે કે-“ખાંડ સાફ કરતી વખતે દરેક જનાવરના લોહી તથા હાડકાના કોલસાનો ચૂનો નાખવામાં આવે છે ”

૨ ડીક્ષનેરી ઑફ આર્ટ્સ-૬ ટ્રી આવૃત્તિ-લડન, પાને ૮૨૬ મે લખ્યું છે કે-“ગાગડા બનાવવામાં આવે છે, તે વખતે ૫૪ મણુ ખાંડમાં ૨૭ મણુ હાડકાના કોલસાનો ભૂકો નાખવામાં આવે છે; અને ખાંડ સાફ કરવાના કારખાના ગામમાં છે, તેમાં ભારેભાર હાડકાના કોલસાનો ભૂકો નાખવામાં આવે છે ”

૩ સ્વામી ભાસ્કરાનંદ લખે છે કે-“જ્યારે હું વિલાયત ગયો, ત્યારે મેં કેટલાક ખાંડના કારખાના જોયા. તેમાં પહેલે માળે ચઢતાજ મને ઉલટી થશે એમ લાગ્યું હું નહોતો જાણતો કે, આવી અપવિત્ર ચીજોથી ખાંડ બને છે, પણ નજરે જોતા સખેદ આશ્ચર્ય થાય છે કે, જે ચીજને અડવાથી પણ મહાન પાપ લાગે તે ચીજ હિંદુઓથી ખવાયજ કેમ ?”

૪ ભારતમિત્ર-તા ૦ ૨૮-૧૦-૧૯૦૫ ના અંકમાં જણાવે છે કે-“સારી ખાંડ બનાવવામાં જોમ આ દેશમાં દૂધ વપરાય છે, તેમ ત્યા જનાવરોના લોહીથી ખાંડની અદરનો મેલ કાપવામાં આવે છે; કારણ કે કસાઇખાનામાં દૂધ કરતા લોહી સસ્તું મળે છે. મિસ્ટર હેરીશ કહે

છે કે, ખાડ સુવરના લોહીથી સાફ થાય છે. એ. જે. ટેલર સી. ઇ. સાહેબના ખનાવેલા “શ્યુગર મશીનરી” નામના ગ્રંથમા લખ્યું છે કે, ઇંગ્લેંડ વગેરે દેશોમા ખાડ સાફ કરવામા પાણી અને ગાયોનું લોહી મેળવે છે. ભાઈઓ ! હિંદુને ગાય અને મુસલમાનને સુવરનું લોહી ખાવાલાયક છે”

૫ જ્ઞાનસાગર સમાચાર મુજબ, તા. ૧૫-૧૨-૧૯૦૫ માં લખે છે કે—“પરદેશી ખાડ-સાકર નાના પ્રકારના રોગથી ભરેલા સર્વ પ્રકારના જીવોના હાડકા, બળદ અને સુવરના લોહી તથા મનુષ્યના મૂત્રથી સાફ થાય છે. જેના પવનથી પણ ડરીએ તેવા કોઢ વગેરે રોગવાળા લોકોનું પણ મૂત્ર તેમા નાખવામા આવે છે. અરેરે ! આ હિંદુ-મુસલમાનને ખાવાલાયક છે ?”

૬ સ્વદેશોન્નતિ દર્પણ—“પરદેશી સાકર અપવિત્ર છે; એટલુંજ નહિ પણ તેની અંદર નાના પ્રાણી-કીડી, મંકાડી વગેરેના આતરડા, માસ, હાડપિંજર અને શરીરની અંદરના રેસા હોય છે. મોરસ સાકર તો ખીટ, ગાજર, તાડી વગેરેમાંથી બનાવવામા આવે છે અને તેમા સડેલું લોહી તથા રોગિય જનાવરોના હાડકાનું મિશ્રણ હોય છે.”

૭ મી. ૦ શીનલે નામના ગૃહસ્થ જણાવે છે કે.—“વિલાયતી ખાડ જે હિંદમા ફેલાય છે, તે દેખાવમા સફેદ અને કિંમતમા સસ્તી પડે છે, પણ તેનાથી ઘણા રોગો હિંદુસ્તાનમા પેદા થઈ ચૂક્યા છે. તે ખાંડ લોહી અને શક્તિનો નાશ કરે છે તે ખાડ દૂધ આદિ જે જે પદાર્થોમાં નાખવામા આવે છે, તેમા આપણે ઝેરજ નાખીએ છીએ એમ જાણવું. ઇંગ્લેંડ તેમજ હિંદુસ્તાનના પ્રખ્યાત વૈદ્ય-ડૉક્ટરોએ સ્પષ્ટ મત આપેલો છે કે, આ ખાડ હિંદુ-મુસલમાનને ધર્મના બાધથી તો ખાવાલાયક નથીજ, પણ તેનાથી પ્લેગ, મહામારી ઇત્યાદિ રોગો થાય છે અને બાળકોનું તથા મોટા માણસનું મરણપ્રમાણુ પણ વધે છે; માટે ધર્મને ન માનવો હોય તો આરોગ્યની દૃષ્ટિથી પણ ખાડ ખાતા અટકવું જોઈએ. કાચના ગ્લાસમા ગરમ પાણી ભરી તેમા સાકરનો ગાગડો નાખીને ઓગાળતી વખતે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જોશે તો

એમા લોહીના રંગકણો દેખાશે. વળી દેશી અને મોરસ ખાંડ બન્નેને જૂદા જૂદા વાસણમા મૂકો, પછી બન્નેમા થોડો થોડો સલ્ફરીક એસીડ (ગંધકનો તેજબ) નાખો. તરતજ દેશી ખાંડમાથી મીઠી માટી જેવી સુવાસ આવશે અને મોરસમાથી દુર્ગંધ આવશે જે આ વાત જરા પણ જૂડી હોત તો લાગવગવાળા ગોરા વેપારીઓએ આ વિગત ગ્રગટ કરનારાઓ ઉપર જરૂર ફોજદારી માડી દીધી હોત, માટે આ બાબત સાચીજ હોવાથી કોઈ પણ હિંદવાસીને પરદેશી ખાંડ ખાવાલાયક નથી. હિંદુઓની પેઠેજ જે ગોરા લોકોએ માસાહારનો ત્યાગ કર્યો છે અને જેઓ કેવળ વનસ્પતિના આહાર ઉપર રહે છે, તેઓએ પણ ખાંડ-સાકર ખાવા બંધ કર્યા છે; તો પછી આપણા હિંદુઓથી તો આવી અપવિત્ર ચીજ ખવાયજ કેમ ?”

૮ હિંદી ખંડવાસી—કલકત્તા-તા. ૩૦-૩-૧૯૦૩ ના અંકમાં લખે છે કે:—“હિંદુસ્તાનમાથીજ દર વર્ષે ૨૮ લાખ મણુ જનાવરોના હાડકા ખાંડ વગેરે ખાવાના પદાર્થો બનાવવા માટે પરદેશ જાય છે. સ્વદેશી ખાંડ કદાચ પરદેશી ખાંડથી સહેજ મોઢી મળે, તોપણ તેનાથી પવિત્રતા જળવાઈ રહે છે. વળી તે ખાંડ પરદેશી કરતા ગળપણુમા પણ વધારે હોય છે, માટે સ્વદેશી ખાંડજ વાપરવી. કદાચ સ્વદેશી ખાંડ વાપરવાની શક્તિ ન હોય તો ગોળ વાપરવો; પરંતુ પરદેશી ખાંડ તો કોઈ રીતે નજ વાપરવી. આથી ગૌહત્યા થતી અટકશે અને દૂધાળા ઢોરોની વૃદ્ધિ થઈ દૂધ, ઘી, દહી વગેરે સરતા થશે અને તેથી શક્તિ તથા આત્મબળ પણ વધશે.”

“અકબર ખાદશાહ જેવાના મુગલાઈ અમલમા પણ ૩ થી ૪ રૂપિયે મણુ ઘી મળતુ. રા. ૧ ના ૭ શેર ઘીની વાતો હજી આપણા ધરડાઓ કરે છે. તે વખતે ચ્હાની મહેમાની લોકો આપતા ન હતા; પણ લાપશી ને ઘી ખવડાવતા અને ખાતા. તેથીજ પોતાના સ્વધર્મ-નુ રક્ષણ કરી ૧૦૦ વર્ષ સુધી જીવતા, પણ આ તો પરદેશી વેપારી-ઓએ ખાવા-પીવાની અને મોજમઝાની એવી તો મોહક વસ્તુઓ



ખનાવી છે, કે એશઆરામથી અને ધીમા ઝેરથી આપણી જાતો ખ-  
વાઈ ગઈ છે. સૂતે સૂતે મોમા કોળીઓ મૂકનાર મળવાથી ખેસીને હાથે  
ખાવાની તેમજ તેમા શું શુ વસ્તુઓ આવે છે તે જોવાની તસ્દીજ  
આપણે ના લીધી. કૂવા, ધડી, ગાય અને રેડીઆ, એ ચારનો વપરાશ  
દરેક ધરમાં હતો. તે જવાથી સ્ત્રીઓમા હીસ્ટીરિયા, કસુવાવડ, સુવારોગ  
અને ક્ષયરોગ વધીને ૨૦ થી ૨૫ વરસમા તેમના મરણ થવા લાગ્યા  
છે. પુરુષોની પણ તેવીજ દશા થઈ છે. આપણા હમેશના જીવનની  
ઉપયોગી ચીજોમા પણ આ પ્રમાણે પરાધીનતા થઈ છે, તો હવે  
જાગો ! કુલકર્ણની નિદ્રા ત્યાગો ! સૂર્યોદયના કિરણો ફૂટી ચૂક્યા છે,  
માટે એશઆરામવાળી પરદેશી ચીજો કે જે ધર્મ, ધન અને આરોગ્ય-  
નું સત્યાનાશ કરનાર છે, તેને એકદમ તજો ! જીવનને સાદું અને  
મહેનતુ તથા તમારા વડીલોની પેઠે ૧૦૦ વરસ જીવતું રહે તેવું કરો  
અને પોતાના પગપર ઉભા થાઓ !”

## ૪૩-મૃત્યુનો મહિમાઅથવાકાણુ-મોહોકાણુ

(લેખક-ચતુરભાઈ શંકરભાઈ પટેલ બી. એ. ‘ક્ષત્રિય’-માગશર ૧૯૨૫)

ગુજરાતમા ધર ધાલી ખેડેલા ફૂટવાના અને કાણુ-મોહોકાણુના  
નિંદા રિવાજનો વિચાર કરનારને સહજ સમજાશે કે, એ રિવાજમાં  
પ્રેમધેલછા અને અજ્ઞાનના પરમ પ્રદર્શન સિવાય બીજું કંઈ નથી.  
મૃત્યુનું ખરૂં સ્વરૂપ સમજાય તો એ ઘેલછા અને અજ્ઞાનની ઇંદ્રજાળ  
આપોઆપ નષ્ટ થાય, પણ એમ બનવું સહેલું નથી. જ્ઞાનદીપ  
અજ્ઞાનાધકાર તો ફેડી શકે, પણ ઘેલછાની ગહન ગુહાનાં પડ ભેદવા  
એના માટે દુષ્કર છે પ્રેમગાકું હૃદય સત્ય વસ્તુસ્થિતિને ખાલી  
આશ્વાસનરૂપ સમજે છે, સ્નેહરંગે રંગાયલી દૃષ્ટિ ઐહિક સ્થિતિસિવાય  
બીજું કશું જોઈ શકતી નથી. વિરહવ્યાકુળ મન આધ્યાત્મિકતાના  
ઉંડાણમા ઉતરી શકતું નથી. પ્રેમાન્મતતાથી કુંઠિત બનેલી બુદ્ધિ  
જ્ઞાનરસાયન જીરવી શકતી નથી. આ બધા કારણોએ કરીને મૃત્યુ

પાછળ પ્રેમોર્મિજનિત રુદન તો રહેશેજ અને લલે રહે. મૃત્યુવિષેનું અજ્ઞાન દૂર થાય તોય ઓછું નથી.

પ્રણયના પાલવે રુદન નિર્માયલુજ છે પ્રેમયોગી કલાપિ કહે છે કે-“ કે પ્રીતિનું રુધિર સધળું ઉણુ અશ્રુતણુ છે.” એ રુદનમા કોઇ મહામૂલી મિઠાશ ભરી છે. એ રુદન આવકારલાયક છે. એ રુદન જરૂર અહીં પૃથ્વીમા સ્વર્ગનો અશ છે. કોઇ પણ હૃદયવાળી વ્યક્તિ એને વહાલથી વધાવ્યાવિના નહિ રહે. એથી શોકચિન્તા કે અન્ય દુઃખે ભારે થયેલા હૈયા હલકા થાય છે અતરને અકળાવતો ડૂમો દૂર થાય છે પ્રિય સ્મરણથી પાવન થયેલુ હૃદય વધુ સ્તિગ્ધ, ક્રામળ અને ભાવભર્યું બને છે. શોકાદિ ધૂમાડાથી રહિત જીવ વધુ ઉજ્જવળ, ઉન્નત અને આનંદી બને છે. એકના એક પુત્રના વિયોગે અશ્રુને અભિનંદતાં કવિશ્રી નરસિંહરાવ પણ લખે છે કે:-

“જ્ઞાન બન્ધે રોક્યા અશ્રુજળ રેલાવીને,  
સ્મરણ મોઢા બાળના તાળ નિરન્તર છો બને;  
અશ્રુ ઔષધ દુઃખનું સ્તેહ વેદો આપિયુ,  
અશ્રુરૂપે વહી જતુ વિષ ઉર વિષે જે વ્યાપિયુ.”

એ અમોલા અશ્રુ લલે હરકોઈ સારો. એમના તરફ સર્વની સહાનુભૂતિ ધટે છે; પણ જરા વિષયાન્તર વેડીતેય આપણે પૂછીએ કે, એ શાન્તરસપ્રધાન કાર્યમા હાસ્યપ્રધાન ફૂટવાના ફારસની શી જરૂર? એ અતર્ગત લાગણીનું માત્ર ક્ષુલ્લક પ્રકટીકરણ નથી? પ્રેમની સદ્-ભાવનાને નામે એ માત્ર બાહ્ય આડંબર નથી? એથી તો પ્રેમ લજવાય છે. શુદ્ધ પ્રેમ કદી એવા દેખાડાની અપેક્ષા રાખે ખરો? વળી એ ફૂટણી ફારસમા કાણુ-મોહોકાણુના કૌમીક પ્રવેશનો ઉમેરો શા કાળે? સગા-સ્નેહીઓએ આશ્વાસન આપવા આવવું હોય તો એકલા નથી અવાતું? સારો સઘ સાથે લાવવાની જરૂર? આશ્વાસન લેનારથી ધરને ખૂણે નથી લેવાતું? આખા ગામને જાહેર કરી લેવાથી આશ્વાસનમા કોઇ અદ્ભુત ઉમેરો થાય છે? મરતા સુધી મલાળે રાખનારી

કુલિન સ્ત્રીઓ ઉઘાડી છાતીઓનું રમુજી પ્રદર્શન ભરખખરે સ્વે-  
ચ્છાએ ભરે એમા શો આપદ્ધર્મ રહ્યો હશે વાર? વિદેહ થયેલી  
વ્યક્તિના નિવાસસ્થાને આવી પહોંચતા નિરંકુશ રુદનનો નીચ દંભ  
શા સારૂ ભલા? અને તેય વાણીઆવટુ કરનાર વેપારીને હાથે થતો  
હોય તો સમજ્યા, પણ સરલહૃદયા સ્ત્રીઓને હાથે? હમણા તો  
અન્યોન્ય હસતા-રમતા વાત કરતા હતા અને એક નિમેષમાત્રમાં  
સૌના હૃદય પીગળી ગયા? વળી જેમ ડોળ-માણસની ભરતીનો કે  
કુટણીની ચલતીનો-વધારો તેમ પ્રેમ વધારે; એ કયા પ્રમાણપુરંભર  
હશે? મરણપ્રસંગે આ લગ્નઅવસરના જેવી હાડફેડ અને ધમાલનો  
શો અર્થ હશે? કાણે આવનાર ડેલીગેટો તો બદલાય, પણ સન્માન-  
કારિણી સલાના સમ્યો તો એના એ તો એમને એ આવનારનું  
પ્રબળ લાગણીપૂર્વક-આવનાર શોક દર્શાવે તેથી વિશેષ દર્શાવીને-ફૂદી  
ફૂદી છાતી ફૂટે એથી વિશેષ ફૂટીને-સ્વાગત કર્યાસિવાય ખીળું કોઈ  
કામ નહિ હોય? કે પછી મરનારની પાછળ જવાનુંજ એ બધા આ-  
દરી બેઠેલા હશે? છાતી ફૂટવાથી દમ, ક્ષય અને ખીળનું ફેફસાના દરદો  
જન્મે છે, એ અનુભવી ડોક્ટરોનો અભિપ્રાય આ ફૂટણીબહાર  
વીરાગનાઓએ વિચારવા કદી પણ તરદી લીધી હશે કે? જે ફૂટવા-  
થીજ પ્રેમ પ્રદર્શિત થતો હોય તો મહારાષ્ટ્ર અને ખીળ અનેક દેશો  
પ્રેમવંચિતજ રહેલાને? પ્રેમનો ધગરો એકલા ગુજરાતને મળેલો?  
અને તેમાય રાજપૂતો, પાટીદારો અને બારોટોનેજ? એ ત્રણ કામો  
જેમ મલાળે રાખવામા અદ્વિતીય છે, તેમ કાણુ-મોહોકાણુથી મલાળે  
ખોવામાય અદ્વિતીય છે. એ પરસ્પર વિરોધી વસ્તુઓનો મેળ ખાધો  
શી રીતે? આખા ગુજરાતમા એ દારસની ખીલવણી શી રીતે થઈ?  
અને ઉપરોક્ત ત્રિપુટીમા આટલું બધું પદ્ધતિસર બની સપૂર્ણ ક્ષા-  
એ શી રીતે પહોંચ્યું? આ બધા પ્રશ્નો મારે મન અણઉકેલ્યા કાપ-  
ડા છે. કોઈ વાચક કે એ દારસના ખેલાડી એમને ઉકેલશે?

હવે આપણે મૃત્યુવિષેનું અજ્ઞાન દૂર કરવા એનું ખરું સ્વરૂપ વિ-

ચારીએ. આપણને ન્યારથી સમજણ આવી ત્યારથી આપણે એને મોટા હાથે માની લીધો છે. એની એકજ વિનાશક બાજુ જોઈને ક'પ્યા છીએ, એની બીજી ઉત્પાદક બાજુને જાણવા-વિચારવાનો યત્નજ નથી કર્યો, મૃત્યુએ આખી આલમને ખાયલી બનાવી છે, સારી સૃષ્ટિ એના નામથી થરથર ક'પે છે, મોતની એ ખીકે આપણું ઐહિક જીવન ક'ટકમય બનાવી મૂક્યું છે અને અનેક મહત્કાર્યો એને લીધે અટકી ગયા છે, અનેક ફરજો એને લીધે વિસરાઈ છે. જનતાના મર્મમા સાલતો એ કાયરતાનો ક'ટક નીકળી જાય, તો આ સૃષ્ટિ સ્વર્ગસમાન ઉલ્લાસવતી બને. મોતથી નથી ખીતા એક અણુસમજી બાળક કે મરજીવા મહા-જન. નાનું બાળક મરણની મૂર્તિસમા સાપસાથે ગેલ કરવા ઇચ્છે છે મરજીવો કે કાઈસ્ટ કાસને માયડે હર્ષભેર લટકે છે, કે પ્રતાપ સ્વેચ્છાએ જંગલોમા લટકે છે, કે દયાનદ હલાહલને હેતે વધાવે છે, કે મેક્સિની ભૂખને સુખસમ માને છે, કે મોહનદાસ માતૃભૂમિની વેદી ઉપર સર્વસ્વનેહોમે છે. આવા અણ કે પ્રજાને નથી હોતા દુખ કે નથી હોતી દિલગીરી! વિષાદના વિષ તો નિર્માયા છે ક'ર્મે આપણા જેવા અર્ધજાને.

કવિવર રવીન્દ્રનાથ મૃત્યુનું સ્વરૂપ સમજાવવા એક સુંદર ઉદા-હરણ આપે છે. બાળકને ધવરાવતી વત્સલ માતા એક સ્તનનું દૂધ પૂરું થયે બાળકનાજ હિતને ખાતર એને બીજી બાજુએ ફેરવે છે. અજ્ઞાન બાળક ચીસેચીસ પાડીને રડે છે, કેમકે માતાના શુભ આશયની એને ખબર હોતી નથી. માતા બીજું દૂધભર સ્તન એના મુખમા મૂકે છે, ત્યારે તે રડતું બંધ રહે છે અને પૂર્ણ હર્ષભેર ધાવવા માડે છે. મરણ માટે પણ એમજ છે. જ્યારે આ શરીર આત્માના ઉપયોગનું રહેતું નથી, ત્યારે પરમવત્સલ પ્રભુ આપણાજ હિત ખાતર એને બીજી બક્ષે છે. આપણે ક્ષુદ્રબુદ્ધિ એના આ પરમ સદ્ભાવને સમજી શકતા નથી અને નાહક શોક કરીએ છીએ. ગીતામા ભગવાન મરણને આપણી વિવિધ અવસ્થા જેવું સ્વાભાવિક લેખે છે અને કહે છે કે.—

દેહિનોઽસ્મિન્યથા દેહે કૌમારં યૌવનં જરા ।

તથા દેહાન્તરપ્રાપ્તિર્ધીરસ્તત્ર ન મુહ્યતિ ॥૨-૬૩

અને આગળ એને સ્પુટ કરતા કહે છે કે,

વાસાંસિ जीर्णानि यथा विहाय नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि ।

तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि देही ॥૨-૬૨

હવે સમજાયું હશે કે મૃત્યુ-મોઘુ મધુર મૃત્યુ-આ જીવનમાથી પરજીવનમા જવાનો પૂલ છે. એ પૂલ ન હોય તો આપણા ભોગ મળે, પણ પરમ કૃપાળુ પ્રભુની કરુણા કંઈ પરિમિત હોય ? એના વહાલા બાળકોને ઉન્નતિ કે પ્રગતિવિહોણી એકજ જડ સ્થિતિમા એ સડવા દે ખરો ? સંહારક મહાદેવ શિવ (કલ્યાણસ્વરૂપ) અને શ કર (કલ્યાણ-કારક) શાથી કહેવાય છે, તે હવે સહજ સમજશે. મૃત્યુ આત્માની ઉન્નતિ અર્થે છે, જીવનના વિકાસ કાળે છે, અધુરી રહેલી ઉત્ક્રાન્તિ-માટે છે, પૂર્ણતાએ પહોંચાડવા સાર છે.

કવિ શ્રી નરસિંહરાવ પણ લખે છે કે —

“મૃત્યુ નવ પૂરું કરે જીવનું જીવન અહિં;

અધિકઅધિક વિકાસની છે ભૂમિ અન્ય જગુ તહિં.

મૃત્યુ ને જીવન તણો મર્મ ઉંડો કે લહે,

મૃત્યુ તે જીવનતાણુ છે અન્ય રૂપ ભુલો કહે.”

આવા પરમ પ્રગતિસ્વરૂપ મરણને સત્કારવા સઘળાએ તત્પર રહેવું જોઈએ. એને અંતરના ઉમળકે અભિનંદવું જોઈએ. મૃત્યુ એટલે ઉન્નતિમા પગલાં માડવા. મરી જગુ એટલે મહાન પિતામા મળી જવું. સ્વામી રામનો દશ વર્ષનો પુત્ર મરી ગયો, ત્યાંજે એ આનંદના પરમ આવેશમા આવી ખડખડાટ હસી કહેવા લાગ્યા કે, ભલું થયું જે મળી ગયો—નહિ કે મરી ગયો. કોઈક દેશમા મરણપ્રમગે હસવાનો અને આનંદ કરવાનો ચાલ છે, તે પણ આજ કારણને લઈને. સંતોને મન તો મરવા સોછલા છે એ હર્ષોત્પાદક મંગલસમયે શૌચ અને દુઃખને અવકાશજ શાનો ? કદાચ પ્રેમ જે આસુ પડાવે તો ભલે, પણ મૃત્યુનો ભય શામાટે ? સવાસો વર્ષની ઘરડી ડોશીને પણ મરણ-

તો ડર લાગે અને મહાન ક્ષિત્તુક પણ મોત આગળ મહાત યાય એ ઓશું લજ્જાસ્પદ છે । મોતથી ડરવું એટલે અવનતિ વહોરી લેવી. પ્રભુ એથી બચાવે । મૃત્યુની તૈયારી કરતા આપણે ગાઇએ કે—

“કર લે સિંગાર એક દિન, સાજન કે ધર જના હોગા.”

## ૪૪—શીતળાની રસીથી થતાં મરણો

(લેખક—લાલશ કર લક્ષ્મીદાસ—જુનાગઢ)

### ગરીબો ઉપર જીલમ

૧ ઓમ્બે કૉનિકલ—(૧) ઔદ વરસનો એક અગ્રેજ છોકરો, (૨) સોળ વરસની એક અગ્રેજ છોકરી, (૩) એક નાનું અગ્રેજ બાળક શીતળાની રસીના ઝેરથી મરી ગયા છે—(ઓમ્બે કૉનિકલ, તા ૨૯-૩-૨૩)

૨ વિલાયતનાં વર્તમાનપત્રો—શીતળાની રસીના ઝેરથી થતા મરણો સબધી સમાચાર વિલાયતના વર્તમાનપત્રોમા વખતોવખત છપાય છે; અને ઉપર પ્રમાણે સેંકડો મરણોના રિપોર્ટો—આજસુધીમા પ્રસિદ્ધ થયા છે.

૩ પરમાર્થી ડૉક્ટરો—શીતળાની રસીથી થતા લયંકર દરદોના મરણો સબધી ઘણા પરમાર્થી યુરોપીઅન ડૉક્ટરોએ પોતાના જાતિ-અનુભવો પ્રસિદ્ધ કર્યા છે શીતળાની રસીને વાછરડાના પરમાર્થી બનાવવામા આવે છે (૧) તે માણસના શરીરમા દાખલ કરવાથી કેટલા બધા બાળકો તેમજ મોટી ઉમરના સ્ત્રી-પુરુષો જીવલેણ બિમારી-થી પીડાઈને મરી જાય છે, (૨) શીતળાનું દરદ અટકાવવામા તે રસી કેવી નકામી છે, (૩) તે રસી ફરજિયાત મૂકવામાટે ગરીબ લોકો ઉપર કેટલો બધો જીલમ થાય છે, તે સબધી સત્તાવાર હકીકતો પ્રસિદ્ધ કરવા માટે દયાળુ અગ્રેજોએ લડનમા એક મંડળી સ્થાપી છે.

૪ શીતળાની રસીના ત્રાસદાયક માદા પરિણામો તે મડળી પ્રસિદ્ધ કરે છે. તેને પરિણામે વિલાયતની સરકારે ફરજિયાત રસી મૂકવાનો કાયદો રદ કર્યો છે અને હવે લાખો અગ્રેજો પોતાના બાળકોને શીતળાની રસી મૂકાવતા નથી અને તેવા બાળકો તદુરસ્ત જંદગી ભોગવે છે.

૫ ગરીબ માણસો ઉપર જીલમ-શીતળાની રસી ફરજિયાત મૂકવા માટે ગરીબ લોકો ઉપર જીલમ કરવામાં આવે છે. તે સંબંધમાં વખતોવખત આ દેશના વર્તમાનપત્રોમાં ચોકાર છપાય છે. દાખલાતરીકે.—

(૧) “કાઠિયાવાડમાં નાનાં બાળકોને રાજ્યોના શીળી કાઢનાર તરફથી જે દુષ્પ્રથા થાય છે તે દુષ્પ્રથા લખ્યું લખાય તેવું નથી.”—કાઠિયાવાડ ટાઇમ્સ, તા. ૦૨-૬-૧૯૨૦. (૨) “મહુવામાં—શીળી ડોક્ટરોના પગારો વધ્યા, કોઈને ઘેર શીળી કાઢવા જવાની શી ઠરી, વાહનના ભથ્થાં મળ્યાં, તોએ લોભનો અંત નહિ. જેના હાથમાં છુરી આવી તે શુ શુ ધાતકી-પણા ન ગુજરી શકે! પૈસાને ખાતર નાના બાળકો અને નિર્દોષ એરતોપર ખસ સીતમજ ચાલે.” ( “સૌરાષ્ટ્ર” તા. ૧૦-૩-૧૯૨૩ )

૬ પ્રાર્થના—(૧) ઉપર જણાવેલી લંડન ખાતેની પરમાર્થી મંડળીના સેક્રેટરીને માત્ર પાચ શીલીંગ મોકલીને તેનું ધણું જાણવાબેગ સાહિત્ય મગાવીને વાચવાની, (૨) શીતળાની રસીથી આ દેશમાં કેટલા મરણો તથા ભય કર દરદોના કેસો થાય છે, તે જાણવા માટે ઘેર ઘેર જતે તપાસ કરવાની, તથા (૩) ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે તે રસી ફરજિયાત મૂકવા માટે થતા જીલમથી ગરીબ લોકોને ખચાવવાની આ દેશના દયાળુ અમલદારો તથા ડોક્ટરો મહેરબાની કરે, અને તેથી તેઓ લાખો આત્માઓના આશીર્વાદ મેળવે, એવી મારી પ્રાર્થના છે.

૭ બીજી પ્રાર્થના—લંડન ખાતેની ઉપર જણાવેલી મંડળીની એક શાખા આ દેશમાં સ્થાપવાની કોઈ દયાળુ આત્મા મહેરબાની કરે અને તેથી તેઓ મહાપુણ્ય કમાય, એ મારી બીજી પ્રાર્થના છે.

જેઓ માણસજાતના તેમજ જનાવરોના આશીર્વાદ લે છે, તેઓને ઈશ્વરી ન્યાયાધીશ સ્વર્ગે મોકલે છે. જેઓ માણસજાત તથા જનાવરોના શાપ લે છે, તેઓ નરકમાં પડીને ત્રાસદાયક પીડા ભોગવે છે.

વાંચનાર! તમે શું લો છો?—માણસજાત તેમજ જનાવરોના આશીર્વાદ કે શાપ? ઈશ્વરી ન્યાયાધીશને કોઈ ઠગી શકતું નથી.

## ૪૫—રખખરનાં રમકડાંથી લાગુ પડતું ઝેર

જે માખાપો પોતાનાં બચ્ચાને રખખરના રમકડા રમવા આપે છે, તેમને ખખર નથી હોતી તેથી તેઓ પોતાના વહાલા બચ્ચાઓની હોજરીમા ઝેર દાખલ કરે છે. રખખરના રમકડાની બનાવટમા સીસાનો ક્ષાર (બહાઇટ લેડ)—સફેદો વાપરવામા આવે છે. આ ક્ષાર ધણેજ ઝેરી ગણાય છે જ્યારે બચ્ચાઓ આવા રમકડા મોઢામા નાખે છે, ત્યારે તેના પેટની અંદર આ ઝેરી ક્ષાર જાય છે અને બચ્ચાઓને અનેક દરદો જેવા કે ખરાબ દાત, બેવડો વળી ગયેલ ખરડો, ગાગર જેવું પેટ વગેરે થાય છે. જે માતાઓ પોતાના બચ્ચાઓને રમવાને માટે રખખરની ‘ધાવણી’ આપે છે, તે આનાથી ધડો લેશે કે? જૂના જમાનાની લોકડાની ધાવણીજ ઉત્તમ છે. રખખરના કરતા તે સસ્તી પણ મળે છે. ખીજાં રમકડા પણ લોકડાના અગર સફેદ કાચના વાપરવા જોઈએ.

## ૪૬—આરોગ્યવિષેનાં છૂટક સ્મરણો

( લેખક—કે. સી મહેતા; “લાગ્યોદય” માથી. )

(૧) રાત્રિએ અધિક જાગવાથી બળ ક્ષીણ થાય છે અને તાંદુરસ્તી ખરાબ થાય છે

(૨) નિદ્રામાથી જાગૃત થતા ખાટલામાથી ફૂદી પડવું હાનિકારક છે. આખો ઉઘડ્યા પછી સૂતા સૂતા થોડીક વાર પરમાત્માતું સ્મરણ કરવાથી સ્વાસ્થ્ય સારું રહેશે.

(૩) સ્વાસ્થ્ય-રક્ષાને માટે ખાટલાપરથી ઉઠીને થોડુંક પાણી પીવું, થોડીક કસરત કરવી, અધિક વાર ભોજન ન કરવું, ચ્હા, દારૂ અધિક ખાટી-કડવી વસ્તુ ન ખાવી આવશ્યક છે

(૪) રોજ સવારે ખુદ્દો શરીરે સૂર્ય સામે બેસવાથી કોઈ રોગ નહિ થાય.



(૫) કદી કદી ઉપવાસ કરતા રહેવાથી શરીરને બહુ લાભ થાય છે. આ હિંદુશાસ્ત્રનોજ મત નથી, પરંતુ મોટા મોટા વિભાવતી ડૉક્ટરોનો મત છે. ડૉક્ટર લીવેનાર્ડ વિલયમ કહે છે કે, કદી કદી ઉપવાસ કરતા રહેવાથી ધણાખરા નાના રોગો મટી જાય છે.

(૬) જ્યારે બાળક ધરની બહાર તડકામાં અને સ્વચ્છ વાયુમાં રમે છે, ત્યારે તેની પાચનશક્તિ ધરની અંદર રહેવાના કરતાં ચોવીસ ગણી અધિક વધે છે.

(૭) ખુલ્લા પગોએ બહુ દૂરસુધી રસ્તે ચાલવાથી જોટલા રોગો દૂર થઈ શકે છે, તેટલા રોગ ખીજ કાઢી ઔષધિ યા પથ્થથી દૂર નથી થતા.

(૮) લીલી હરિયાળીની તરફ થોડીક વાર આખો લગાડીને નાકતા રહેવાથી આંખોનું તેજ ખૂબ વધે છે.

(૯) થાક લાગતા પાણી પીવાથી કામના કારણથી પેદા થયેલા ઝેરી પદાર્થો પાતળા પડી જાય છે અને શરીરને હાનિ પહોચાડવા પહેલા તે બહાર નીકળી જાય છે, માટે થાક લાગવાપર પાણી પીવું આવશ્યક છે.

(૧૦) પીવાના પાણીને જો એક વાર સવારે ગરમ કરીને ગાળીને રહેવા દેવામાં આવે તો તેના જીવજંતુઓ મરી જાય છે અને ધણા રોગોથી છૂટકારો મળી જાય છે.

(૧૧) મંદવાડમાં બહુ બોલવાથી, બહુ હસવાથી અને પુસ્તકો વાચતા રહેવાથી જ્વરનો વેગ ઓછો થઈ જાય છે.

(૧૨) પગ ધોવા પહેલા માથું ધોવામાં આવે તો મસ્તક કદી કમજોર નથી થતું.

(૧૩) માદા થવા પર તેની દવા કરાવવા કરતા બારે મહિને ત્રણ રૂપિયા ભરીને હુન્નરવિજ્ઞાન અથવા લાઝોદય જેવા માસિકપત્રો મંગાવીને આરોગ્યતા જાળવી રાખવાના નિયમો વાચવા તે વધારે સારું તેમજ લાભદાયક છે.

(૧૪) કોઈ પણ રોગ થવાપર આ દેશનિવાસીઓને માટે આજ દેશની દવા અનુકૂળ પડી શકે છે વિદેશી ઔષધિઓ આપણા સ્વ-

ભાવની વિરુદ્ધ હોવાના કારણથી આપણા વાસ્તવિક ઉપકાર નથી કરી શકતી. આ માટે જ્યારે કદી ઔષધિ સેવવાની આવશ્યકતા હોય, ત્યારે આપણા દેશમાં ઉત્પન્ન થયેલા ઔષધિનું જ સેવન કરવું જોઈએ. વિદેશી ડૉક્ટરની યા વિદેશી ઔષધિનું કદાપિ સેવન ન કરવું જોઈએ.

(૧૫) શરીરની રક્ષાને માટે મનને પણ ઉન્નત બનાવવું જોઈએ. મનમાં ખરાબ વિચારો કદી ઉત્પન્ન ન થવા દેવા જોઈએ.

(૧૬) મન અને શરીરની ઉન્નતિ મનુષ્યના આચરણપર આધાર રાખે છે. સદાચારી મનુષ્યજ ઉત્તમ શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને સદાચારી મનુષ્યજ ઉત્તમ સત્તાન પ્રાપ્ત કરવાનો અધિકારી થઈ શકે છે.

(૧૭) માથાપર નાના વાળ રાખવાથી સ્વાસ્થ્ય સાફ રહે છે અને ઉત્સાહની વૃદ્ધિ થાય છે.

(૧૮) સ્વાસ્થ્ય ખરાબ થવાપર યા રોગના ઉત્પન્ન થવાપર દવા કરવા કરતા પથ્યપર અધિક ધ્યાન આપવું જોઈએ.

## ૪૭-કોધથી માતાના ધાવણમાં ઉપજતું ઝેર

( 'હિંદુસ્તાન' તા ૩૧-૫-૨૪ )

વિદ્વાન ડૉક્ટરોએ એવી પરીક્ષા કરી છે કે, જે માતા પોતાના બાળકને ધવરાવતી વખતે ક્રોધમાં આવેલી હોય છે, તે માતાના ધાવણમાં અમુક પ્રકારનું ઝેર પેદા થાય છે. એક વખત એક માતા તેની પડોશણ સાથે ખૂબ વઢવાડ કરીને ધણીજ ગુસ્સે થઈ ગઈ હતી. એવી હાલતમાં ઘેર આવીને તરતજ પોતાના બાળકને ધવરાવવા છાતીએ વળગાડ્યું, બાળક ધાવ્યું કે તરત તેને આચક્રી આવવા લાગી અને મરવા પડ્યું હોય તેવા ચિહ્નો દેખાયા. આટલા કારણસરજ આપણી ડોસીઓ જ્યારે જ્યારે બાળકને ધવરાવવા માતા બેસે છે, ત્યારે ત્યારે તેને શાત મનથી નિરાતે બેસીને બાળકને ધવરાવવાની સૂચના કરે છે. હાલના જમાનાની યુવાન માતાઓ આ ડોસીશાસ્ત્રનો અર્થ સમજશે કે પોતાનું હૃદયપણ અજાણશે ?

## ૪૮—ચુનો અને તેની વપરાશના લાભ

(લેખક—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી “ગુજરાતી” તા ૨૩-૧૧-૨૪)

ચુનો ભીતે ચોપડવાની પ્રથા ક્યારથી ચાલી તે નક્કી કહી શકતું નથી, પણ ઇટચુનાના ધર બાધવાનું અને પથ્થર પકવીને ચુનો તૈયાર કરવાનું તથા તે ખાવાનું અને દવામાં વાપરવાનું તો ધણા વખતથી બાણીતું છેજ; પણ આપણી ધણીક દવાઓ તથા રગોની પણ (કેમી-કલ ટેક્ટોલોજી) રસાયણિક હિન્નરવિદ્યાનું વર્ણન કયાય નથી મળતું, તેમ ચુનાનું પણ જણાય છે. હવે એ સ્થિતિ બદલાઈ છે. આપણી પ્રક્રિયાઓના સિદ્ધાંતો હવે ખુલ્લા થતા જાય છે અને તે પ્રમાણે આજ એક બે બાબતો કહું છું.

ચુનો એટલે કૃત્રિમ ઑકસાઈડ અથવા કૌસ્ટીક લાઇમ—દાહક ચુનો. તે પાણીમાં મેળવવાથી પાણીને બદળાવી મૂકે અને ખુલ્લો રહેવાથી હવામાંથી કાર્બોનિક એસીડ ગેસ બેચી લઇને હવાને શુદ્ધ કરે તથા પોતે અશુદ્ધ યાને કૃત્રિમ કાર્બોનેટરૂપે કે જેને આપણે ચાક કહીએ છીએ, તે રૂપમાં થઈ જાય છે. એકે એક કણ આ પ્રમાણે ચાકરૂપે થઈ ગયા બાદ એનાપર ગમે તેવું અને ગમે તેટલું પાણી રેડા પણ જરાએ ગરમ થવાનું નહિ.

ધાણાક જીવજંતુઓ ખરાબ હવા કારબોન ડાઇઑકસાઇડ અને કાર્બોનિક એસીડ ગેસમાં જીવી શકે છે. આપણે જે શ્વાસ નાકમાંથી બહાર કાઢીએ છીએ, તેમાં એજ હવા હોય છે. પાઉં બનાવનારા ખમીર ઉઠાવે છે (આથો નાખે છે) તેમાં ધુલતી વખતે જે પરપોટા બાજે છે—ટોકળાના આથાની માફક—એ પરપોટાની હવા તે કાર્બોનિક એસિડ ગેસ. બધા કુવામાં એ ભેગી થાય અને પાણી હોય તો પાણીમાં શોષાઈને તેમાંના કચરા કે ચુનાને (કે જે ચુનો હોવાથી એ પાણી ‘હાર્ડ-વોટર’ કહેવાય છે અને સાબુ લગાડતા તે ચીકટાઈ જાય છે) એ ઓગાળી નાખે અને પાણી ન હોય તો ભેગી થઈને ભરાઈ રહે અને

કોઈ જનાવર કે માણસ તેમા જતાજ મરી જાય. ઘણી વાર જમીનપર ખાડા હોય છે અને ઘીચ વસ્તીને લીધે કે ખીખ કોઈ કારણથી જમીન- માથી કાર્બોનિક એસિડ ગેસ બહાર નીકળતી હોય તો ખાડામા ભરાઈ રહે. આવા ખાડામા સ્વાભાવિક રીતે નાના જનાવર જઈને ખેસે કે તરતજ એશુદ્ધ થવા માટે. આવી આ કારખાન ડાઇઑકસાઇડ અથવા જેને કાર્બોનિક એસીડ ગેસ કહે છે, તેની અસર છે.

આ કાર્બોનિક એસીડ ગેસને ચુનો અને કૉસ્ટીક સોડા જલદીથી ખેચી લે છે; ન્યુમોનીઆવાળાને શુદ્ધ ઑક્સિજન આપવામાટે જે લોખંડના નળા ડૉક્ટરના કહેવાથી આપણે લાવીએ છીએ, તે નળામા ઑક્સિજન ભરતી વખતે તે ચુના કે કૉસ્ટીકમાથી પસાર કરીને પછી ભરાય છે, જેથી કંઈપણ કાર્બોનિક એસિડ ગેસ ઑક્સિજનમા રહી ગઈ હોય તો પકડાઈ જાય. આપણે જેમ દરદીને ઑક્સિજન આપીએ છીએ, તેમજ તે વખતે ભીતે તાજે તાજે ચુનો ચોપડવાનું પણ રાખીએ, તો આખા ઓરડામા ઑક્સિજનજ ઑક્સિજન થઈ રહે; કેમકે જે હવા આવે અને ભીતે અડે તે બધી શુદ્ધ થઈ જાય અને કાર્બોનિક એસિડ ગેસ ભીતમા શોષાઈ જાય તથા વાયુમાના ઑક્સિજન વગેરે ખીખ લાગો રહી જાય, જે દરદીને ઘણો ફાયદો કરે. માથા આગળ ચુનાના ગાંગડા રાખવાથી પણ ફાયદો થાય

નવા ઠેકાણે રહેવા જતાજ આપણે સૌથી પ્રથમ ચુનો ચોપડાવ- વોજ નેહીએ, જેથી હવા શુદ્ધ થતા જે જતુઓ ખરાબ હવામાજ જીવી શકે છે અને રોગ પેદા કરે છે, તે નષ્ટ થાય અને ખરાબ હવા કે ભેજને લીધે રહેઠાણ કરનારા જીવજતુ આવીને રહે નહિ. આથી ઘણા લયથી આપણે મુક્ત થઈએ છીએ. આ રીતે ચુનો આપણને માન એકલો સફેત દેખાતી ચોખ્ખી ભીતનો સુદર દેખાવ નથી પૂરો પાડતો, પણ હવાને ચોખ્ખી રાખીને રહેનારની તદુરસ્તીને સલાખે છે. આપણે ચુનો વર્ષમા એકાદજ વાર લગાડીએ છીએ, તે ઠીક નથી. ત્રણ-ચાર વાર જરૂર લગાડવો નેહીએ; અને તેમાં મરેસ, ગોળ,

ગુદર કે કોઈ જાતના રંગની માટી નાખવી નહિ જોઈએ શુદ્ધ કળાનો ચુનો-ભૂકો થઈ ગયેલો તદ્દન નકામો માટીની પણ કિંમતનો નહિ એવો સંદેહ ભૂકો નહિ પણ-તાજો ભીજવી ચોપડવો જોઈએ.

## ૪૯-એક પ્રકારના રંગની અનુપયોગિતા

(લેખક-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. “ગુજરાતી” તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

ડીસ્ટેમ્પર નામનો એક પ્રકારનો રંગ આવે છે. આમાં મોટે ભાગે ચુનો હોય છે અને ચીકાશવાળી ચીજ બદલ ધણે ભાગે “કેસીન” (સૂકું દૂધ) મેળવેલું હોય છે. આ દૂધનો ગુણ એવો છે કે, ચુના જેવી ચીજ સાથે પાણી મેળવતા તેમાં એ ઓગળાને ચીકાશ આપે. ટંકણખારમાં પણ “કેસીન” ઓગળી જાય છે. નકલી હાથીદાંત એનાજ બને છે અને છત્રીના ડાડા, કાલર, બટનો, પાસા વગેરે હજારો ચીજો એમાંથી બનાવે છે. એ સેલ્યુલોઈડની માફક સળગી ઉડતો નથી ગુજરાતમાં દૂધમાંથી માખણ કાઢી લીધા પછી જે “સેપરેટ” બને છે તેને કાડીને કેસીન જૂદું પાડી સૂકાવી વિલાયત ચઢાવાય છે અને બાકી પાણી રહી જાય તેમાંથી લેક્ટીક એસિડ બને અથવા ચામડા કળવનારને આપવામાં આવે અથવા ચુનો મેળવીને કેલશ્યમ લેક્ટેટ બનાવી ડોક્ટરી દવામાં વપરાય. આ કેસીન સૂકાયું એટલે પાણીમાં તો ગમે તેટલો વખત ઉકાળવાથી પણ ઓગળતું નથી, પણ ટંકણખાર (મેન્કે હ ભાગ) નાખવાથી ઓગળે છે અને ચીકણું લાહી જેવું થાય છે. ચુના સાથે પણ એ ઓગળી જાય છે આ સિદ્ધાંત ઉપરથી ચુનો તાજો લઈ તેમાં કેસીન મેળવીને અને મનપસંદ ખુલ્લો રંગ મેળવીને તેમાં હવા ન જઈ શકે તેવા એરટાઈટ ડબ્બા પેક કરી મૂકે છે, જે વાપરતી વખતે માત્ર પાણી મેળવીને લગાડી દેવાય ચુનો ચોપડવાને બદલે ડીસ્ટેમ્પર વાપરીએ તો સારું એમ કેટલાકનું માનવું છે; પણ એ માત્ર શોભાનીજ દૃષ્ટિએ. ચુનો ઉખડી જાય અને ડીસ્ટેમ્પર ઉખડે નહિ, કપડે ઘસાય નહિ, ફર્નીચરને લાગે નહિ, ધોવાઈ ન જાય, એ એના ગુણ બતાવવામાં આવે છે

તે તદ્દન ખરા છે, પણ યુનો લગાડવાનો મૂળ હેતુ એમા જળવાતોજ નથી. ડીસ્ટમ્પરમા યુના જેવી ઝેરી હવા ચુસવાની જગ્યા (પેરોસીટી) તથા શક્તિ રહેતી નથી. માત્ર સુદર દેખાવ આપે છે અને ઉપર જણાવેલા બીજા ગુણ ધરાવે છે, પણ તદુરસ્તી સૌથી વધુ કિંમતી છે, એ ધ્યાનમા રાખવાનું છે. તેથીજ એકસો યુનો બી તે લગાડવો જોઈએ.

## ૫૦-સફેતો ચોપડવાની જીવલેણ ફેશન

(લેખક — મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી “ગુજરાતી” તા ૨૩-૧૧-૨૪)  
 સર્વ કરતાએ વધુ ખરાબ તે પેલી વ્હાઈટ પેન્ટ-ઑર્થલ કલર-સફેતો ચોપડવાની જીવલેણ ફેશન ! એ સફેતી તે પણ જેવી તેવી આપે છે. બીજો કશો ગુણ એમા નથી અને ઉલટું તુકસાન કેટલું ? વ્હાઈટ પેન્ટ ચોપડનારાઓના કુળના કુળ એના ઝેર-લેડ પોઈઝનીંગ-થી નષ્ટ થઈ જાય છે, છતાં સરકાર વ્હાઈટ પેન્ટ કરાવનારાપર ગુન્હાનો આરોપ મૂકતી નથી અને જૈનો આ હત્યા તરફ લક્ષ્ય આપતા નથી. યુનો ચોપડનારની બેદરકારીથી તેની આખને જોખમ રહે કે હાથે-પગે લાગે તો તે ફાટે, પણ લેડ પેટ સીસાની લસ્મનો ખનાવેલો સફેતો અત્યંત ઝેરી અને તેમા વળી પેરોજી રંગ લાવવા માટે “જંગલ” (કૉપર કારબોનેટ) કે એટાક જે દુનિયાની ઝેરીમા ઝેરી ચીજોમાની એક છે, તે વપરાય છે, અને એ બેક ઝેરી ચીજો શરીરને અત્યંત હાનિકર્તા છે. સાયટિસ્ટો-વૈજ્ઞાનિકો ખૂબ મારી મારીને કહી રહ્યા છે કે, આ ધાતક ફેશન નષ્ટ કરો. પાર્લામેન્ટમા કાયદા માટે ખરડા આવે છે, પણ હજી કશું સાડું પરિણામ આવ્યું જણાતું નથી. હમણાજ મહિના એક ઉપર વ્હાઈટ પેન્ટની ઝેરી અસર માટેના કાયદાનો ખરડો હાઉસ ઑફ ટ્રામન્સમા બીજી વારના વાચનમાટે આવ્યો હતો. ધણી-ખરા સુધરેલા દેશોએ કખૂત્ત કર્યું છે કે “વ્હાઈટ પેન્ટ ધરમા ચોપડવા માટે નથી ઇષ્ટ, તેમજ નથી જરૂરી” આ ખરડાના ટેકામા કૉર્ડ હેનરી કેવેન્ડીશ-બેન્ટીક, નોર્ટિંગહામના કોન્ઝરવેટિવ મેમ્બરે મોટું

વ્યાખ્યાન કર્યું અને ડર્મીનના લેખર મેમ્બર મી. ડબ્લ્યુ. આર. રેન્સે તો પોતાનો જાતિ-અનુભવ વ્હાઇટપેન્ટ ચોપડનાર તરીકેનો કહી સંભળાવતાં કહ્યું કે “હું પોતે એ સીસાના રંગના ઝેરથી ઘણા વખતથી પીડાઉ છું અને હજી (પાર્લામેન્ટનો મેમ્બર થયો અને રંગારાનો ધંધો મૂકી દીધો છે છતાં) એ ઝેરની અસર મારા શરીરમાથી સદતર નાબૂદ થઇ નથી” પોતાના જેવાજ બીજા અનેક દાખલા તેણે પાર્લામેન્ટમા કહી સંભળાવ્યા અને સીસાના રંગનું ઝેરીપણું કેવું ખરાબ જાતનું છે, તે બહુ સારી રીતે વર્ણવ્યું. આ ઉપરાંત રેડીંગન લેખર મેમ્બર ડૉક્ટર સોમર વીલ હેસ્ટીંગ્સે એ ખરડાને ટેકા આપના ઘણું કહ્યું હતું અને છેવટે પાર્લામેન્ટે ખરડાનું બીજી વારનું વાચન પસાર કર્યું હતું.

આ સિવાય કેટલાક એમ ધારી બેસે છે કે, લાકડાને એ રંગ લગાડવાથી તેને ઉધધ લાગતી નથી. આ વાત પણ ખોટી છે અને તે દાખલા દલીલ સાથે પોપ્યુલર સાયન્સ સીક્રીટીંગ્સમા એક લેખકે સચિત્ર વર્ણવી છે ઉલટું લાકડામા જે બીનાશ ધર બાધતી વખતે પેસી જાય છે-આસપાસના ભીતના ચુના અને છંટમાથી-તે સૂકાવાનું કામ વ્હાઇટપેન્ટ સદતરજ રોકી મૂકે છે અને તેથી લાકડું ન સડતું હોય તોયે સડે છે. આજે ટેકઠેકાણે નજરે પડે છે કે, જૂના દેશમાના ઘરોના લાકડા નથી સડતા, પણ મુબર્કના ઘરોના લાકડા સડી જાય છે તેનું કારણજ એ છે.

આ બધું જોઇને વિચાર કરતા જણાશે કે, એકલા ચુના કરતા ભીંતે ચોપડવા માટે કશુંએ વધારે તંદુરસ્તીભર્યું નથી.

## ૫૧-દેશી પેઈન્ટીલર

લીબુનો રમ શેર ૧, આદુનો રસ શેર ૧૧, સિંધવ તોલો ૧૧, હીંગ તોલો ૧, સચળ તોલો ૧, સાકર શેર ૧, એ બધી વસ્તુ એક-ત્ર કરી તેને ઉકાળતા ૩ જોશ આપી, તેને ગાળી લઈ, સારા ઘુચની બાટલીમા ભરી રાખવું, અને મસાલો નીચે દરી જાય એટલે યુક્તિથી કિપરનું પાનણ પાણી નીતારી લઈ, બીજી મજબૂત ખૂચવાળી બાટલી-

મા ભરી લેવું. આ પ્રવાહી ઝાડા બધ કરવામાટે વાપરવું હોય, ત્યારે તેમા થોડું કપૂર મેળવી વાપરવું અને માત્ર પેટમાનો દુ ખાવોજ મટાડવા સાર વાપરવું હોય તો કપૂરવિના પાવું. એનાથી અજીર્ણ તથા મરડો મટે છે, વાયુની તથા પિત્તની શાંતિ થાય છે, ઝાડા બધ થાય છે, ભૂખ લાગે છે અને રુચિ ઉત્પન્ન થાય છે.

## પર-વિંછીના કેટલાક ઉપાય

૧-વિંછી ડાંબ મારે કે તરત તે જગાએ મીઠું ધસવાથી ચઢતો નથી.

૨-કડવી ઘીસોડીના પાન ચોળીને વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાંસુધી ચોપડવાથી ઉતરે છે. ડાંબ ઉપર એના પાનની લુગદી બાધવી.

૩-ખાટખટુંબો પાણીમા ધસી વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાંસુધી ચોપડી પવન નાખવો એટલે ઉતરી જશે.

૪-માણસના નખ તથા સોપારીનો ભૂકો ખીડીમા પીવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૫-કરોળીઆનું પડ ચલમમા પીવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૬-નાગરવેલના બે પાન લઈ તેમા ચપટી ચપટી મીઠું નાખી ચાવી જવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૭-ધંતુરાના પાનનો રસ ડાંબ ઉપર ચોપડવાથી અને તેના પાનની લુગદી બાધવાથી વેદના મટે છે

૮-ડાંબ ઉપર મધ ધસવાથી ફાયદો થાય છે.

૯-પાકા કેળાની લુગદી કરી ડાંબ ઉપર બાધવાથી સાગે ફાયદો થાય છે.

૧૦-જાંબુડાના પાન વાટી લુગદી બાધવાથી ઝેર ઉતરે છે.

૧૧-આબલીના કચુકાને ધસીને ઘોળો થાય ત્યારે ડાંબ ઉપર ચોડી દેવો, એટલે તે ઝેર ચૂસી ખરી પડશે.

૧૨-તુલસીના પાન ચાવી કાનમા ઝુકવાથી વિંછી ઉતરશે.

૧૩-પાશેર પાણીમા ત્રણેક તોલા મીઠું વાટીને નાખવું અને પછી ખૂબ હલાવીને કપડાવતી પાણી ગાળી લઈ તે પાણી શીંગીમા ભરી



રાખવું વિછીના ડાબપર આ પાણીમા રૂનું પોલિયું લિંબવીને મૂકી દેવું તથા વિછી ચઢ્યો હોય ત્યામુઘી એજ પાણી ચોપડીને જમણા હાથે ઉપરથી નીચેની બાજુ તરફ જરા ભાર દબને ધસવું તથા થોડુંક રૂ શીશીના પાણીમા પદ્માળીને વિછી જે બાજુ કરજ્યો હોય તેની સામેની બાજુના નસ્કોરામા જોરથી તેમાનું પાણી સુધાડવું તથા એજ (ઉલટી બાજુના) કાનમા પણ એ શીશીમાનું પાણી થોડુંક નાખવું.

૧૪-ઠીકરામા થોડા અગારા મૂકી તેના ઉપર હળદરની ભૂકી ભભરાવીને તેનો ધૂમાડો કરડેલા અગની સામેના નસ્કોરામા લેવરાવવો.

## ૫૩-ગુગળના ધૂપનો મહિમા

(લેખક-માસ્તર કાળીદાસ રાજભાઈ ખગસરાકર ‘ગુજરાતી કેસરી’)

જે સ્થળની હવા જરા પણ ખગડેલી માલૂમ પડે અને જ્યારે એપી રોગોનું જોર વધતા પ્રમાણમા આવે, ત્યારે વિદ્વાનો હવનહોમ કરવા લલામણો કરે છે. આથી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ એપી રોગના પરમાણુઓ નષ્ટ થઈ ઘણી વખતે રોગનાશક હોમલાઓ તરત બંધ થતા જોવામા આવેલ છે. જે ધરમા “વૈશ્વદેવ” યજ્ઞ નિયમિત થાય છે, તે ધરના લોકોમા કોઈ પણ એપીરોગ લાગુ પડવાનો ભય રહેતો નથી. મુગધિત દ્રવ્યોના ધૂપથી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ તે મનુષ્યોને નિરોગી અને બળવાન તેમજ સુખી રાખે છે. વિશેષે કરીને ગુગળનો ધૂપ વાતાવરણને એકદમ સુધારે છે, કારણ કે ગુગળ જતુઓનો નાશકર્તા છે ગુગળના ધૂપસંબંધે અથર્વવેદના કાંડ ૧૯ ના મંત્ર ૩૦મા લખેલું છે કે-

न तं यक्ष्मा वचरून्धत नैन उपथो अश्नुते ।

यं भेषजस्य गुग्गुलोः सुरभिर्गन्धोऽश्नुत ॥

ગુગળ મુગધિત વાસ ફેલાવે છે, તેથી યક્ષ્મા, ક્ષય વગેરે વ્યાધિઓ પીડા કરી શકતા નથી. વળી શપથ (શાપ) કે ક્રોધની બદદુઆ કે ક્રોધનું મારણ-મોહન, ઉચ્ચાટન અથવા મત્રતત્રગુગળનો ધૂપ લેનારને મતાવી શકતા નથી. વળી આર્યવેદક ગ્રંથમા લખ્યું છે કે:-

કૃમિપાતમયાચ્છાપિ, ધૂપયેત્ સરલાદિભિરિતિ ।

સરલાગુરુગુગુલુભિરિતિચિકિત્સારસંગ્રહે ચક્રે વા ॥

ગુગળના ધૂપમાં જતુનાશક અજળ શક્તિ રહેલી છે. વળી તે શરીરમાં પ્રવિષ્ટ થયેલ જંતુને નષ્ટ કરી રોગીનો રોગ દૂર કરે છે. આજકાલ ભારતવર્ષમાં શ્વાસમાર્ગના અને ક્ષયના રોગની દોડાદોડી છે, તેનું ખાસ કારણ એ જોવામાં આવે છે કે, આપણે આપણા પૂર્વજ ઋષિમુનિઓની બતાવેલી પ્રણાલીને વિસરતા જઈએ છીએ, જેથી તેટલા પ્રમાણમાં નવા નવા રોગ શિરપર વહોરીએ છીએ. ગુગળના ધૂપથી ક્ષય આદિ સક્રામક રોગોનો પાત્ર દૂર થાય છે વળી જે સ્થળમાં એવા મુગધિન દ્રવ્યોના ધૂપધૂમાડા થાય છે, ત્યાં દેવતાઓનો વાસ થાય છે. વળી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ આનંદનું સ્થળ બને છે જ્યાં વાતાવરણ શુદ્ધ અને આનંદમય ત્યાંની જીવનપણી વૃદ્ધિ પામતી બળે છે. જ્યાં વાતાવરણ નબળું અને મેલું દુર્ગંધયુક્ત તેની જીવનપણી આયુષ્યને વધતા અટકાવનાર છે. વાયુ શુદ્ધ થવાથી તે દીર્ઘ જીવન બક્ષે છે બિમાર માણસને સવાર-સાંજ ગુગળની મુગધિત ધૂણીનો લાલ દેવાથી તેનો રોગ ટુક મુક્તિમાં દૂર થઈ તદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરાવે છે. વિશેષે આ ધૂપ એવી રોગના જંતુઓનો જલદી નાશ કરે છે, જેથી જે જે સ્થળમાં એવી રોગના હુમલાઓ થતા જોવામાં આવે ત્યાં ગુગળની ધૂણી ખેંચક લાલકારી થશે વળી ખેંચ, કોંચેરા વગેરે દર્દી લાગુ થયેલા દર્દીને તપાસવા જતા એવી રોગના હુમલાની ચિંતા રહે છે, તે ગુગળના ઉમદા ધૂપથી દૂર થાય છે તે અમોએ અનુભવી ખાત્રી કરી છે વળી ગુગળનો ધૂપ કેટલાક રોગોમાં દવાની પેઠે કાયદાકારક જોવામાં આવેલ છે સંજેખમ અને ખાસીમાં ગુગળનો ધૂપ લેવાથી કાયદો દેખાયો છે. ઇન્દ્રિયોન્નના લારે હુમલા વખતે ગુગળનો ધૂપ મુખમાં લેતા તે રોગનું દર્દ મોળું દેખાયું હતું. ગુગળનો ધૂપ તમાકુની પેઠે પીતા શરૂ થતા ક્ષયનો રોગ તથા શીત, દમ, ખાસી, હેઝડી, મુજેખમ વગેરે દૂર થાય છે. વૈદકશાસ્ત્રમાં અનેક સ્થળે ગુગળનું ધૂપ

પાન કરવા જણાવે છે. તેમા સીમમ, દેવદાર, ગુગળ, ચંદન, દેવચંદન આદિ સુગંધિત વસ્તુઓનો ધૂપ કીટાદિને હણે છે અને એપી રોગના દર્દીને ખચાવે છે. ક્ષયમા કેટલાક ધૂપો ઉપયોગી માલૂમ પડ્યા છે. તે ધૂપથી રોગના હુમલા શાંત થતા જોવામા આવ્યા છે. સુગંધિત દ્રવ્યોની પેઠે તુલસી, ડમરો, ચંદન, દેવચંદન વગેરેના વૃક્ષો પણ વાતાવરણને સુધારનારા માલૂમ પડ્યા છે, માટે આર્યજનુઓએ ધૂપના મહિમાને નહિ વિસારતા ધૂપપ્રણાલી જે મદ થતી ચાલી જાય છે, તેને પુનઃ સતેજ કરવાની જરૂર છે ત્રત્યેક આર્યજનુના ગૃહમા ઉમદા ધૂપો થવાથી દેવોનો વાસ થઈ મનમાન્યા આશીર્વાદો મળ્યા કરશે. વળી વાતાવરણના સુધારાથી મગજમા ઉમદા વિચારો ઉત્પન્ન થઈ રોગો દૂર થઈ સુખમા સર્વદા વૃદ્ધિ થશે.

(ગુગળની માફકજ લોખાનનો ધૂપ ન્યુમોનિયાનો ચોક્કસ ઉપાય છે. ડૉક્ટરો ન્યુમોનિયામા લોખાનનો ધૂપ વિલાયતી રીતે આપે છે. ‘ન્યુમોનિયાકેટલ’ મા ટીકથરએ-ઝોઇની કપાળડ નાખી તેની વરાળ નળીવાટે ન્યુમોનિયાના દરદીના નાક આગળ છોડવામા આવે છે. આ દવા અગ્રેજી નામની છે, પણ એમા લોખાનજ મુખ્ય વસ્તુ છે અને તેની મીઠી સુગંધનોજ ગુણ છે. વેપાર પોતાના હાથમા રાખવામાટે અગ્રેજી નામે અને દારૂમા ભેળવીને, લોખાનજ વેચાય છે. ડૉક્ટર જો લોખાનનોજ ધૂપ કરવા કહે તો કદાચ લોકો એમ પણ ધારે કે એ તો સાધારણ ચીજ છે, એમા શું ? પણ મોટું નામ ખીસ્સા ખાલી કરાવે તે માનવું અને સાદી સમજણની વાત ન માનવી, એ બુદ્ધિની વિરુદ્ધની વાત છે. ધરમા આટલા માટેજ રોજ અગ્નિહોત્ર કરવાનું શાસ્ત્રકારોએ ફરજિયાત ઠરાવ્યું છે.

## ૫૪-રાઈમીઠાની મહત્તા

(લેખક-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી ‘ગુજરાતી’ તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

મીયાભાઈઓ કહે છે કે-“ધરડી મુરઘી દાલ ખરાખર” તેમ યુના જેવીજ ખીણ ઘણી ચીજો વધુ આદરણીય હોવા છતાં એાછી આદર-

પાત્ર થઈ છે અને તેમની એક “નજર ઉતારવાનાં રાધમીઠાં” પણ છે.

“નજર ઉતારવાનાં રાધમીઠાં”નું નામ વાચીને હું નથી ધારતો કે કોઈપણ વાચક હસ્યા વગર આગળ વધે; પણ ઉપકાર માત્ર એ જર્મન-અંગ્રેજીની મોટીમસ લડાઈનો કે મા-દીકરાની કદીમદીની તક-રારો બધ થઈ અમારા ઘરમા શાંતિનું સામ્રાજ્ય ફેલાયું.

નજર ઉતારવામા રાધ અને મીઠું એ ચીજ વપરાય છે. ભડી દુ-વાના અદૃશ્ય ગુણો તો થીયોસોફીસ્ટો જાણે કે એસોટેરીક મડળ જાણે કે મેન્ટલ ટેલીપથીવાળા વિદ્યુન્માનસશાસ્ત્રીઓ જાણે, પણ મારે તો રાધમીઠા અગ્નિમા નાખવાના ગુણદોષ જોવા છે. લડાઈમા આ બન્ને ચીજોની જેસ વપરાઈ છે, એ જાણીને બધાને અજાયબી લાગશે. રાધની અને મીઠાની ધૂણીના સીક્ષીડરો-લોખડના નળા ને નળા-ભરી ભરીને જર્મનોએ વાપર્યાં છે અને તે વખતે મને રઘુવશનો પેલો શ્લોક યાદ આવતો-

સંમોહન નામ સખે મમાસ્ત્રં પ્રયોગ સંહા વિમક્તમન્ત્રમ્.

ગાધર્વ માદત્સ્વ ચતઃ પ્રયોક્તુર્ન ચારિર્હિંસા વિજયશ્ચહસ્તે ॥

શત્રુની હિંસા કર્યા વગર તેનાપર વિજય મેળવવાનું સંમોહનાસ્ત્ર કાળીદાસે જણાવ્યું છે, તે આ રાધમીઠાની ધૂમાડી તો નહિ હોય ?

રાધમીઠાની ધૂમાડીના નળા જર્મનોએ અંગ્રેજો વગેરે (મિત્રરાજ્યો)-પર હાલ-યા, તે કંઈ નજર ઉતારવા માટે નહિ પણ નજર બાધવામાટે-તેમને બેહોશ કરવામાટે, અને વધુ પ્રમાણમા જોને લાગે તેને શારીરિક નુકસાન કરવામાટેજ, પણ આપણને એના નાના પ્રમાણના ગુણોની માહિતી ધણી ઉપયોગી છે અને તે ડોક્ટરોએ ભેગી કરી રાખી છે, એટલુંજ નહિ પણ ચિકિત્સામા એ માહિતીનો ધણો ઉપયોગ હવે કરવામા આવે છે.

મીઠાના પૂઝરી આપણા લવણાનદી મહારાજ જે મીઠા પાછળ સાધુ બન્યા છે, તેઓએ પણ કદી મીઠાનો આટલો સારો ઉપયોગ બતાવ્યો નથી, કે જેટલો ઘેર ઘેર ડોસીઓ જાણે છે. મીઠું બાળવાથી ડોસીની જેસ છૂટી પડી હવામા મળે છે એજ હવા શ્વાસમા લેવાય છે, મનુષ્યમાત્રના ગળામા સૌથી વધુ ગતના રોગના જતુઓ હોય

છે, એ જાણીતું છે અને હવા ત્યાં થઈનેજ અંદર જાય છે. જો એમાં ક્ષોરીનનો અંશ (ધણેજ થોડો) હોય તો તે ગળામાંના ગેગ જતુ-ઓને મારી નાખી આપણને તદુરસ્ત રહેવામાં મદદ કરે છે. મીઠાની ધૂમાડી ઇન્ડ્યુએન્ઝાની તો એક ઉત્તમમાં ઉત્તમ દવા છે અને મુખ્યત્વે એક ઉત્તમોત્તમ રસાયનવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી સ્વ. પ્રો. ડી. કે. ગજજરે “ટર-ક્ષોરાધડ”ની મેળવણી ઇન્ડ્યુએન્ઝાની રામબાણુ દવાનરીકે એક કપની-ને વેગી તેનો માત્ર નુસ્ખો આપવાના પચાસહજાર રૂપિયા લીધા હતા. લડાઈદરમિયાન પણ જે સોલ્જરોને “ક્ષોરીન ગેસ” મીઠાની ધૂમાડી લાગેલી તેમને ઇન્ડ્યુએન્ઝા થતોજ નહિ. આ તકે મને પચીસેક વર્ષપરની એક વાત યાદ આવે છે, તે પણ આની પુષ્ટિમાં ઉપયોગી છે. મુખ્યત્વે શ્રીગોપાળદાસ તેજપાલ હાઇસ્કૂલથી કાલકાદેવી તરફ જતા અધવચ્ચમાં એક દવાખાનુ ડૉ. જગમોહનદાસ છબીલદાસ મરચંદનું હતું. અમારા એક સખ ધીને પ્યેગ થયો ત્યારે તેમની દવા કરવા માડેલી. તેમણે અમને એક ધૂપ ચાલુ રાખવાનું કહ્યું હતું, તેમાં હું ભૂલતો ન હોઉં તો નીચે પ્રમાણેની ચીજો હતી -

હીરાકમી ૧ શેર, નવસાર ૨ શેર, સાધારણ મીઠું ૩ શેર, ભેગુ વારી જાડા કપડાપર પાથરી તવાપર મૂકી તવો સઘડીપર ચઢાવી દેવો, એટલે એમાંથી ધૂણી નીકળ્યા કરે અને હવા શુદ્ધ થયા કરે આ ધૂપ બળી રહે પછી જે લાક્ષણિક પડતી રાખ રહી જાય તેને પાણીસાથે મેળવી ગાંઠપર ચોપડવી.

આ પ્રમાણે કરવાથી દરદીને આરામ થયો હતો. સાથે દવા એજ ડૉક્ટરની આજ્ઞતી, પણ આપણે આ બધામાંથી ધૂપની બાબતપર લક્ષ્ય આપવાનું છે. ધૂપમાંની ચીજો આયર્ન સલ્ફેટ એમોનિયમ ક્ષોરાધડ અને સોડિયમ ક્ષોરાધડમાં પણ આપણા પ્રખુત વિધયની મુખ્ય ગેસ ક્ષોરીનજ દેખાય છે અને એનોજ ગુણ થતો હોય તેવું માનવાને કારણ મળે છે. લગાડવામાં બાકી રહેલું આમ આયર્ન ઓક્સાઇડ વગેરે મિક્ચર ગાંઠને બાળીને કાઢી નાખે-ક્રૅટરાધડ કરી નાખે, એ હેતુ હોવો જોઈએ એમ હું ધારું છું.

ઇન્ડ્યુએન્ઝા ધણો જલદી ફેલાય છે અને ડૉક્ટરો પાસે એનું કાર્ફ

ખાત્રીભર્યુ ઔષધ નથી, પણ ત્રણ કગેડ માણસના થવ જવા પછી લગાઇએ શીખવ્યું કે, હવામા સહેજ કસોરીન મળ્યુ હોય તો ઇન્ફલ્યુએન્ઝા નષ્ટ થાય અને દરદીના ઓરડામા થોડુ કસોરીન છોડ્યુ હોય તો ચોવીસ કલાકમા દરદી સાને થઇ શકે એવી રોગ ચાલતા હોય ત્યારે ઇસ્પતાલો, નાટકશાળા, સ્કુલો, સીનેમા, સલામુદો, ઑફિસો વગેરેની હવામા કસોરીન છોડવુ જ નોંધએ કસોરીનની ટાટ્ટી કે સિલિડર મળે છે, તેમજ છૂટક રંગવાળાને ત્યા જલીચી ગ પાઉડર વેચાય છે. એનુ પાણી કરી છાટવાથી કસોરીન મેળવાય છે. મીઠુ દેવતાપર નાળો કે કસોરીન મળે. મુખઈ જેવા શહેરના વૉટરવર્ક્સ અને નહાવાના પાણીના તળાવોમા સ-કાઇમાટે તે વપરાય છે, એથી શુદ્ધ પાણી પીવા મળી શકે ને કે એનાથી કુદરતી પાણીના થાક ઉતારવાના અને રોગ પ્રતિબંધક ગુણો પણ હણાઇ જાય છે, પણ કસોરીનથી પાણીમાના રોગજંતુ નષ્ટ થાય છે

ઇ૦ સ૦ ૧૯૧૭મા ફ્રાન્સમા ખૂબ ઇન્ફલ્યુએન્ઝા ચાલતો હતો. લશ્કરની છાવણીમા પણ એણે ત્રાસ વર્તાવ્યો હતો. ખીજી તરફ લગ-લગ બધા સોલ્જરો કસોરીન ગેસથી મરણ પામ્યા હતા; પણ અહીં જે ગેસ લાગેલા સોલ્જરો બચી ગયેલા આવ્યા તેમાના એકને ઇન્ફલ્યુએન્ઝા લાગુજ પડ્યો નહિ. આજ પ્રમાણે ગેસ (કસોરીન) લાગેલાઓ-ને કદી ઓકાઇટીસ (ઉધરસ) અને ન્યુમોનીઆ પણ થતો નહિ, તેમજ શ્વાસમાર્ગના કોઇ રોગ થતો નહિ. આ બધાનુ કારણ તપાસતા લ-કાઇ ખાતાના ડૉક્ટરોને જણાયુ કે, એ તો હવામા સહેજ કસોરીન મળેલું હોવાને લીધેજ હતુ, એમા શક નહિ.

હાલમાજ લશ્કરમા શરદીનો રોગ ચાલ્યો હતો અને તેમા ઉધરસ લાગુ પડતી ડૉક્ટરોએ આ જણાતાજ લશ્કરની નજર-રાધામીઠા-ઉ-તારવાનુ નક્કી કર્યું! તેમણે એક ઓરડો તૈયાર કર્યો અને પચાસ પચાસ જણને તેમા ખેસાડી મીઠાની ધૂમાડી-કસોરીન ગેસ-છોડવા માડી અને બધાને શ્વામ ચલાવવા હુકમ કર્યો. ચોવીસ કલાકમા તો બધાની શ-રદી અને ઉધરસ મટી ગયાં! હવે તો એ સિદ્ધાન્ત ચર્ચા ગયો છે કે,

કોરીન-મીઠાની ધૂમાડી અને ખીજી રાઈ વગેરેની ધૂણી ચેપી રોગોના જતુઓને નષ્ટ કરે છે અને વધતા અટકાવે છે, માટે તેજ વાપરવી રાઈની ધૂણી ક્ષયરોગના નાશનું કારણ થશે, એમ ખાત્રી થવા માડી છે. ૧૯૧૭ માં ઈંગ્રીસમાં જર્મનોએ પહેલવહેલી રાઈની ધૂણી વાપરી હતી. આ ધૂણી અપાયલા સિપાઈઓમાં જેટલા ક્ષયના દરદી દર હળરે હતા તે કરતા બહારના લશ્કરમાં ૧૯૧૮ માં દોઢા દરદી દર હળરે હતા; અને ૧૯૧૯ માં રાઈની ધૂણી ખાધેલા સોલ્જરો કરતા બહારનામાં ક્ષય ખેત્રડો હતો, એટલે કે ક્ષયરોગ રાઈની ધૂણી લીધેલાને થતો નહિ અને હોય તો ઘટતો જતો હતો.

લડાઈની છેવટ મિત્રરાજ્યોના રણસત્રામપરના લશ્કરીઓમાં ક્ષય વધતો જવો જોઈતો હતો; કેમકે ખાવા-પીવા અને સૂવાની કાયમ હાડમારી હતી અને હવા લાગતી, છતાં ક્ષય ઘટ્યો !

પાછળથી પ્રયોગો કરતા જણાયું હતું કે રાઈની ધૂણીના એક ટકાના ઇન્જેક્શનથી ક્ષય થતો અટકે છે, તેમજ વધતો પણ અટકે છે.

લડાઈની ખીજી લેવીસાઈટ વગેરે જેસો અને તેના ક્ષયદાથી આપણને અહીં કશું લાગતું-વળગતું નથી, તેથી તેનું વર્ણન અહીં નકામું છે; પણ આટલાજ વર્ણનપરથી ડોશીમાના રાઈમીઠા ઉતારી બાળવાના વહેમનું મૂળ સમજી શકાશે.

અમેરિકામાં વૉશિંગ્ટનના નેશનલ કેપીટોલમાં સીનેટર્સની શરદી મટાડવા માટે કેમીકલ વેલ્ફેર સર્વિસની દેખરેખ નીચે એક ઓરડો કોરીન આપવા માટે રાખ્યો છે અહીં શરદી લાગેલા સીનેટરોને એક કલાકસુધી કોરીનવાળી હવામાં ખેસાડવામાં આવે છે અને તેટલામાં તેઓ સંપૂર્ણ તદુરસ્ત થઈ જાય છે, પણ કવચિત્ જખ્ખે દિવસને અંતરે ત્રણ વાર કોરીન ગેમ લેવી પડે છે, જેથી ઉધરમ અને શરદી ખતે મટી જાય છે લડાઈ ન થઈ હોત તો શ્વાસનળીના આ બધા રોગોમાટે રાઈમીઠાની ધૂણી ( કોરીન એન્ડ મસ્ટર્ડ ગેસીસ ) એટલી ઉપયોગી છે, એ કેમ જણાત ?

શરદી, ન્યુમોનીઆ, ડીફ્થેરીઆ (ગળસુણી), ઉધરસ આદિના જ તુ-  
ઓ જીલ્લેટીનપર ઉછેરીને તેઓને સહેજ ક્લોરીન મેળવેલી હવામાં રાખ-  
વામાં આવ્યા હતા અને નાના જ તુઓને જરાએ હરકત ન કરે એટલા  
પ્રમાણમાં ક્લોરીન ગેસ મેળવેલી હવામાં એક કલાક રાખવાથી એ  
બધા જ તુઓ સદતર નષ્ટ થયા હતા.

કેમીકલ વેલ્ફેર સોસાયટીએ લડાઇ ખાતાના ડૉક્ટરો સાથે મળીને  
ગેસોના સાધારણ રોગોમાં લાલ લેવામાટેના પ્રયોગો શરૂ કર્યા. એક  
એર-ટાઇટ એરડો બાધી તેમાં ગેસોદ્વારા પાચથી છ માણસોનો ઈલાજ  
કરવાનું ચાલુ કર્યું. શરદી, સળેખમ, નાકમાનો સોજો, ઉધરસ, ઘોડા-  
ઉધરસ અને ઇન્ફ્યુએન્ઝા વગેરેના દરદીઓને એથી આરામ થવા માડ્યો.

ધણાખરા દરદીઓને એક વાર ગેસ આપવાથીજ ફાયદો થઈ  
જતો, કેટલાએકને એકથી વધારે વાર પણ “ધુણાવવા” પડતા; પણ  
સેકડે પચાણુ, ખાસ કરી શરદીના તો સોએ સો દરદી સુધરીજ જતા.  
કોઈકજ એવા હકીલા નીકળતા, જે ગેમથી સુધરતા જણાતા નહોતા.

પણ એ અગવડ પણ અતુલવાઈ છે કે, એરડા બાધવાનું કંઈ  
બધે પરવડે નહિ બીજી કોઈ રીત જોઈએ, તેથી કેમીકલ વેલ્ફેર  
સર્વિસે નાનું સરખું યંત્ર બનાવ્યું છે, જે ડૉક્ટર પોતાના દરદીમાટે ગમે  
ત્યા પણ વાપરી શકે. આ યંત્રમાંથી મરજી માફક હવા અને ગેમની  
મેળવણી છોડાય છે અને હવે વૉશિંગ્ટનના કેપીટોલમાં સીનેટરો માટે  
એ યંત્રજ વપરાય છે. ક્લોરીનની ટ્યુબમાંથી મીઠાના પાણીમાં થઈને  
ક્લોરીન ગેસ થોડે થોડે વખતે હવામાં છૂટ્યા કરે છે અને દરદી  
શ્વાસ લીધા કરે છે. દર વખતે ૩૦ ક્યુબીક સેન્ટીમીટર ક્લોરીન ગેસ  
છૂટે છે. માણસના શ્વાસમાં એક લાખ ભાગ હવામાં એક ભાગ  
ક્લોરીન મળીને જતી હોય ત્યાં સુધી જરાએ અડચણ આવતી નથી.  
આથી વધારે થતા શ્વાસનળીમાં ખર્ચા જવા જેવું-વળવા જેવું-  
થાય છે. ક્લોરીનની જે ટ્યુબો બનાવવામાં આવી છે, તેમાંથી સાત  
વખતમાં થઈને દર શીટ લાખા, દર શીટ પહોળા અને દર શીટ



ઉંડા ઓરડામાં ( દર એક લાખ ભાગે એક ભાગ કચેરીન ગેસને હિસાબે ) ગેસ પૂરતી થઈ પડે છે. શ્વાસનળીના આખા વિસ્તારપર જે ભીનાશ હોય છે, તેમાંજ રોગના જંતુઓ રહે અને ઉછરે છે, અને આ ગેસવાળી હવામાં એ ગુણુ છે કે, તે એ બધે ઠેકાણે લાગીને બધા પ્રકારના રોગના જંતુઓનો નાશ કરે છે. થોડા દહાડામાં એ નવી પદ્ધતિ અહીં પણ પગપેસારો કરશે અને આજ ડૉક્ટરોને જેમ ઇન્ફેક્શનોના નામે તડાકો પડે છે અને જરૂર કે પીનજરૂર જેમ ઇન્ફેક્શન દરેક દરદીને ખતાવી દેવામાં આવે છે અને હવે દવાના આઠ આના કે બાર આના માદા ભાગે છે અને ઇન્ફેક્શનના પાય દશ કે પચાસ-સાઠ વહાલા ભાગે છે, તેમ ગેસીંગનો નવો બજાર ખુલશે ! કાંઈ રાઈમીઠાં ઉતારવાનું નહિ કહે, પણ ગેસ લેવાનું જ કહેશે અને શનિ કે રાહુની ઉતરીને ડૉક્ટરોને શુક્રરની દશા ખેસશે !!

ગેસની વાત ચાલતા લેવીસાઈટ ગેસપર પણ વિચાર કરવો અ-સ્થાને નહિ ગણાય “ આર્સેનીક ” ( સોમલ ) અને “ એસીટીલીન ” ( કેલ્શ્યમ કારબાઇડની ગેસ ) બન્નેના મિશ્રણથી લેવીસાઈટ બને છે; અને મનુષ્યની ચામડીપર માત્ર ભાગે એટલામાં જીવ લે, એટલા માટે લડાઈમાં તે વપરાતી હતી. એક લશ્કરી ડૉક્ટરે એનાથી ગાડાઓને સાબળ કરવાનું શોધ્યું અને અનેક દરદીઓ સુધાર્યા છે.

## ૫૫—કચકડાની વસ્તુઓ વાપરવામાં પાપ છે.

કચકડામાંટે બિચારા લાખો કાચબાને કેવું ત્રામદાયક દુઃખ દેવામાં આવે છે, તેનું વર્ણન નીચે પ્રમાણે છે -

“ રાત્રે માછીમારો કિનારા ઉપર જેમ બને તેમ છુપાઈ રહે છે અને જ્યારે કાચબાઓ પાણીની બહાર નીકળીને જમીન ઉપર આવે છે, ત્યારે તે માછીમારો દોડી જઈને લોઢાના આકડાવતી તેમને ચત્તા કરી નાખે છે અને સવારસુધી એજ સ્થિતિમાં રાખે છે. પછી સવાર પડતા તેમને કુદરતી સ્થિતિમાં ઉઘા પાડે છે અને ખીંચીઓ સાથે તેમને

મળખૂત બાધે છે. પછી તેમની પીઠપર સૂકા પાદડા કે ઘાસ પાથરીને સળગાવે છે. ઢાલ (કાચબાની પીઠ) સાધાઓથી છૂટી પડે પણ તે બગડે નહિ એટલી આગ લગાડવામા આવે છે. પછી ઢાલ નીચે એક છરી ધાલીને આસ્તે આસ્તે કાચબાની પીઠ કાપી જૂદી પાડવામા આવે છે. કોઈ પણ માણસ સહેજે સમજી શકશે કે, એ ક્રિયા ઘણીજ ઘાતકી છે અને ઘણા કાચબાઓ તેથી મરી જાય છે, પરંતુ ઘણાખરા તેથી મરતા નથી અને વખત જતા માણસની આગળી ઉપરથી ઉખડેલા નખ પાછો ઉગે તેમ તે કાચબાઓને પણ નવી ઢાલ ઉગે છે. ”

ઉપર પ્રમાણે જ્યાસુધી ખિચારા કાચબાઓ જીવતા રહે અને તેમને ફરી ફરીને ઢાલ આવે, ત્યાસુધી ફરી ફરીને તેમને પકડીને લયકર દુ.ખ દેવામા આવે છે, માટે દરેક દયાળુ સ્ત્રી-પુરુષની ફરજ છે કે, એવી ક્રૂર રીતે મેળવલી કાચબાની ઢાલ એટલે કચકડાના કરડા, વિંટી, ખટન, ઘડીઆળની સાકળી, કાસકી વગેરે વસ્તુઓ વાપરવી જોઈએ નહિ.

## ૫૬-લાકડાં બાળવાથી થતા ફાયદા

(લેખક:-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી ‘ગુજરાતી’ તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

ધરમા લાકડા બાળવા બાબતના ગુજરાતીમાના મારા ચર્યાપત્રનો કોઈએ રસાયનશાસ્ત્રાધારે જવાબ આપવા તરફી લીધી નથી મે વધારે તપાસ કરતા મને તો એમા ફાયદાજ જણાતા જાય છે, તેથી એ બાબત વિશેષ લખુ છુ. લાકડાના ચુવાના ગુણોનો સમાવેશ કેટલેક અંશે ધુપેલવાળા લેખમા થઇ ચૂક્યો છે લાકડા બાળવાથી અને ધુપેલ વાપરવાથી તેમજ હવન કરવાથી થોડા થોડા ફેરફાર સાથે સરખાજ ફાયદા છે; એટલે કે મુદો મુખ્યત્વે “ક્રિયોસોટ” ચુવાનોજ જણાય છે. ઔષધિફેરથી અને પ્રક્રિયાફેરથી જૂદા જૂદા ગુણો થાય જેમકે ધુપેલમા બ્રહ્મી વધારે હોય તો અપરમારાદિ જાનતતુના રોગો-ને ફાયદો કરે અને બાવચી હોય તો કુષ્ઠાદિ ત્વગ્રોગો-ત્વચા-ચામડી-ના રોગોને ફાયદો કરે. હવનતુ પણ તેમજ સમજવુ.

લાકડા બાળનારના ધરમા બાધકામમા વાપરેલા લાકડાને ઉર્ધ્વ લાગતી નથી, તેમજ બામ્બુ-વાસ જે બહુજ જલદી સડી જાય તે પણ પચાસ વર્ષસુધી સડી જતા નથી, એ એક અમેરિકન ઇજીનિયર જીમનટારીઝ અગાઉ જણાવી ચૂક્યો છે. લાકડાનો ધૂમાડો દાદ-પર લાગવાથી તે દુષ્પતી મટે છે અને લાકડાના ચુવાથી દાત હાલતા મટી, પાયરિયા જેવા દરદો સારા થાય છે, એમ અનુભવી વૈદ્યથી સાંભળ્યું છે. લાકડાનો ચુવો રેલ્વે સ્લીપર પર લગાડવાથી મચ્છરો તેનાથી દૂર ભાગે છે, અને તે પરથી કેટલાક ડૉક્ટરોએ નમુનાતરીકે પચીસ ધરને લાકડાનો ચુવો ( ક્રિયોસોટ ) લગાડીને અનુભવ લીધો તો જણાયું કે, મેલેરીઆના કે કોષ્ઠ પણ મચ્છરો એ ધરની સામે નજરસરખી કરતા નહોતા. લાકડાના ચુવાને (વુડક્રિયોસોટ) કડછી કે વાડકીમા નાખી સંઘડીપર મૂકીને ધૂમાડી ઓરડામા ભરાવા દેવાથી અને ધુણી લેવાથી અસ્થમા-દમને ધણો ફાયદો કરે છે, ઘોડાઉવરસ- (વ્હુપીંગ કક્ક)ને મટાડે છે અને સળેખમને ધણો ફાયદો કરે છે. ‘મ્યુક્સ મેમ્બ્રન્સ’ એટલે કે શરીરની અદરના અસ્તરને એથી ધણો લાભ છે; અને “બીચવુડ” નો ચુવો (બીચવુડ ક્રિયોસોટ) તો ડૉક્ટરો બાજુ પણ ક્ષય માટે ખૂબ વાપરે છે. લાકડકામને તેલનો રંગ લગાડવાથી તે અદરનું અદર ઉલટું કોહી જવા સભવ છે, એ બાબત દાખલાદલીલ સાથે-ચિત્રો સાથે સાયટિસ્ટો-વૈજ્ઞાનિકોએ સમજાવી છે, પણ ક્રિયોસોટથી સોએ સો ટકા રક્ષણ થાય છે, એ તો કોષ્ઠ પણ રેલ્વેની સ્લીપર બાબત તપાસ કરતા જણાશે રેલ્વેવાળા ક્રિયોસોટોડ સ્લીપર્સજ વાપરે છે અને તેથી વરસાદના પાણીમા પડી રહેવા છતાં ને જમીનમા રહેવા છતાં તે સડતી નથી કે તેને ઉધધ લાગતી નથી.

અહીં ધ્યાનમા રાખવાનું છે કે, ક્રિયોસોટ-ચુવો જે જાતનો આવે છે. લાકડાનો અને કોલસાનો. આપણને લાકડાનાજ ચુવાની સાથે મતલબ છે “મર્કસ મેન્યુઅલ ઓફ મેટીરીઆ મેડીકા”મા ત્રીસમે પાને લખ્યું છે કે, વિલાયતી કોલસા બાળવાથી જે ધૂમાડો નીકળે અને

તેમા જે યુવો ઉડે તે ઝેરી છે, તેથી એ કાલસા ધરમા બાળવા જેવા ગણાય નહિ. લાકડાનું તેમ નથી; અને મારે માત્ર લાકડાનાજ યુવા સાથે સખધ છે. લાકડાના યુવાના ગુણની એક ચમત્કારિક વાત “ઓટોપ્રેટ એટ ધી બ્રેકફાસ્ટ ટેબલ” નામના પુસ્તકમા તેના કર્તા હાર્વર્ડ મેડીકલ કૉલેજના પ્રોફેસરે લખી છે તે કહે છે કે, એક સ્વયંભૂ ડૉક્ટરે એક વખત એક અમૃત શોધી કાઢ્યું જૂદી જૂદી વનસ્પતિઓ દવાતરીકે વાપરવી તે કરતા બધી જાતની વનસ્પતિઓના યુવાનું પાણીજ વાપરવું, એટલે બધી દવાનો અર્ક આવ્યો અને બધા રોગ તેનાથી મટેજ મટે ! એવો તેણે નવો સિદ્ધાંત કાઢ્યો ! અને તે ખરેજ ગુણકારી નિવડ્યો. લાકડાના યુવાનું નવાણુ લાગ પાણીમા એકે લાગનું મિશ્રણ કરીને તે તેણે બધાને ઠોકવા માડ્યું ! તે એટલે સુધી કે ક્ષયવાળાને પીવામા અને છાતીએ ચોળવામા પણ એજ અને ખરજવા કે દાદરપર લગાડવા પણ એજ અને તેનાથી બધાને ફાયદો થવા માડ્યો. મોટા મોટા રાજ-રજવાડા પણ તેને બોલાવવા માડ્યા પછી ડૉક્ટરોએ તેને પૂછ્યું તો જણાવ્યું કે, એ તો ક્રિયોસોટનું પાણી હતું. આના ગુણ આટલા બધા હશે એમ પૂર્વે ડૉક્ટરો નહોતા જાણતા.\*

ક્રિયોસોટ, ગ્રાયાકોલ (ક્ષયની દવામા ગુલાબ જેવી વાસનો વપરાતો પાઉડર) અને ક્રિસોલનું બનેલું છે અને લાકડાના યુવામાથી નીકળે છે. કાર્બોનિક એસીડથી ક્રિયોસોટ દરેક પ્રકારે સારું છે.

આ બધું લાકડા બાળવાની અને લાકડા ન બાળો તો હવન કરવાની પુષ્ટિ કરનાર છે. હવનના બીજ ધણા ધણા ફાયદાઓ છે, પણ સમિધ અને લાકડા બળે તેટલોજ ગુણ ગણીએ તોએ ધણું છે વર્ષો-સુધી આ લેખકે રોજ જે હવનમંત્રા જપ્યા છે, તેનો અર્થ હવે સમજાય છે, ત્યારે આદરભાવ આવે છે અને આનંદ થાય છે. એ મંત્રા આ પ્રમાણે.—

उद्धुध्यस्वामे प्रतिजागृहि त्वमिष्टापूर्ते सःसृजेथा मय च ।

\* આ પછી બે નાના પેરા અંગ્રેજી લિપિમા હોઈ તે ભાષાના વાચક મટેજ કામના હતા, એટલે તે અહીં લીધા નથી

અસ્મિન્સઘસ્યે અધ્યુત્તરસ્મિન્વિશ્વેદેવા યજમાનશ્ચ સીદત । અને  
અયં ત ઇધ્મ આત્મા જાતવેદસ્તેનેધ્યસ્વ વર્ધસ્વ ચેદ્ધ વર્ધય ।  
ચાસ્માન્પ્રજયા પશુભિર્બ્રહ્મવર્ચસેનાજ્ઞાત્રેન સમેધય સ્વાહા ॥

આમા જાતવેદ અગ્નિને પ્રાર્થાને કહ્યું છે કે, તુ વધ અને અમને  
વધાર-પશુ, બ્રહ્મવર્ચસ્, અન્ન વગેરેથી વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિથી હવનનું ગુણ-  
વર્ણન 'આર્યજીવન'મા શ્રી. રામશરણદાસ સકસેના એમ. એસ. સી.  
એ કયું હતું. તેમા બીજા પણ મત્રો આપીને અગ્નિથી સો વર્ષના  
આયુષ્યની પણ માગણી બતાવી હતી હવનમા મુખ્યત્વે ઘી, ઔષધિ-  
ઓ, અન્ન અને મુગધી પદાર્થો તથા સાકર વપરાય છે. તેના ગુણ  
બાળત તેમના લેખમાથી નીચેના ટાચણો લીધા છે:-

“મદ્રાસના સેનેટરી કમિશ્નર કર્નલ કીંગ આઇ. એમ. એસ. એ ૨૫  
મી માર્ચ સને ૧૮૯૮ એ ગ્રેજ્યુએટ વિદ્યાર્થીઓને ઘી, કેસર તથા  
ચોખા મેળવીને બાળવાનો ઉપદેશ કર્યો હતો.. પ્લેગ વગેરેના જીવા-  
ણુઓ આ ચીજો બાળવાથી ઉત્પન્ન થતી ગેસોની હસ્તીમા નષ્ટ થાય  
છે હૈનકિને પોતાની “બ્યૂબોનિક” પ્લેગ” નામની ચોપડીમા એ  
વ્યાખ્યાનનું વર્ણન કર્યું છે. દ્રાસના ડૉઁ હાફકીનની પણ સમતિ  
છે કે, ઘીને બાળવાથી જે ધૂમાડી ઉત્પન્ન થાય છે, તે હાનિકારક જી-  
વાણુઓનો નાશ કરે છે ડૉઁ ટ્રિલવર્ટ બળતી સાકર ઉપર પરીક્ષા  
કરીને બતાવ્યું કે, સાકરને બાળવાથી જે બાબ્બ ઉત્પન્ન થાય છે,  
તેમા ફોર્મેટીડાઇડનું વધારે પ્રમાણ હોય છે. તેનાથી ક્ષયરોગ,  
શીળી, કૉલેરા વગેરેના જીવાણુ નષ્ટ થાય છે હવનદ્રવ્યમા જે એરો-  
મેટીક્સ-મુગધી દ્રવ્ય આવે છે, તેમાના વોલટાઇલ આઇલ્સ-ગરમીથી  
વરાળરૂપ થઈ જનારા તેલો જળરા જતુનાશક (જમીંસાઈડસ) છે.”  
શ્રી. સકસેના માને છે કે, હવનથી ઉત્પન્ન થતી ધૂમાડીમા એલ્ડીહા-  
ઇડસ, પ્રીનોલ્સ, ક્રિયોસોટસ, ટર્પેન્સ અને સાઇકલિક કોમ્પાઉન્ડસ  
હોય છે આ બધું એમણે પ્રયોગોથી સિદ્ધ કર્યું છે અને એ પ્રયોગો  
વાચવા જેવા હોવા છતાં વિસ્તારભયથી અહીં ઉતારી લીધા નથી.

એક પ્રયોગ એમણે એ પણ કર્યો હતો કે, હવનની ધૂમાડી નળીવાટે પાણીમા દાખલ કરીને તે પાણીથી એક હૉસ્પિટલમા જખમો ધોવડાવ્યા અને તે પ્રયોગમા એમ જણાયુ કે, એ પાણી સારા એન્ટી-સેપ્ટિક લોશનની ગરજ સારતુ હતુ.

આ ઉપરથી એમ જણાય છે કે, પૂર્વજો સ્વતંત્રતાના વધુ ઉપાસક હતા. ખાવા-પીવામા, હુન્નર-ઉદ્યોગમા તેમજ સ્વાસ્થ્યમા પણ તેઓ મ્યુનિસિપાલિટીને ભરોસે રહેતા નહિ. ગ્રામ્ય ઉદ્યોગોની માફકજ જન-સુખાકારીનું પણ સ્વાતંત્ર્ય રાખ્યું હતુ અને તેમા પહેલી સહીસલામતીનો નિયમ રાખેલો જણાય છે

લાકડા બાળવા કે નહિ તેનો નિર્ણય આટલાપરથીજ થઇ જશે. જેમને લાકડા બાળવા પસંદ ન હોય તેમણે હવન તો જરૂર કરવોજ જોઇએ. મુખ્યગરાઓએ તો જરૂર ડૉક્ટરના પંજમાથી છૂટવા સાર દરેરોજ હવન કરવો જોઇએ.

यज्ञशिष्टाशिनः संतो मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषैः ।

भुञ्जते ते त्वघं प्रापा ये पचंत्यात्मकारणात् ॥

## ૫૭-ગૌચર કે ગૌચરણ

(લેખક:-ડૉ. મોતીરામ હરિશંકર ભટ્ટ ‘ગુજરાતી’ તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

ઢોરને ચરવાની સાર્વજનિક પડતર જમીન

દિલગીરીની વાત એ છે કે, આજકાલ દિવસે દિવસે ગૌચરણ બહુ ઓછા થતા જાય છે. સરકાર આવક વધારવાના હેતુથી પડતર જમીન હરાજ કરે છે અને દીર્ઘદૃષ્ટિથી નહિ વિચારનારા ખેડુતો ઉત્સાહથી તેને ખરીદે છે. આથી સરકારને જાણ્યું તો તે જમીન રાખનારને તાત્કાલિક લાભ થતો હશે, પણ પરિણામે અનેકને નુકસાન થાય છે.

પૂર્વે રાજ્યસત્તાનો એ ધર્મ ગણાતો હતો કે, જે ગામમા જેટલા ઢોર હોય, તેટલા ઢોરને આખું વર્ષ ચાલે એટલી જમીન ગૌચરણમાટે અલગ રાખવી. ગાયો અને ભેસો આખો દિવસ સ્વતંત્ર રીતે ખુદી જગામા

ચરવાથી હુષ્ટપુષ્ટ રહેતી, પુષ્કળ દૂધ અને ખચ્યા આપતી, ગરીબ લોકો પણુ દૂધ, છાશ ને ઘીનો ઉપયોગ કરી શકતા અને કલ્લોલ કરતાં

પૂર્વે એક ગાય ઘેર રાખવાનું માસિક ખર્ચ માત્ર એકાદ રૂપિયે થતું. “એકનો ગોવાળ ને સોનો ગોવાળ” એ કહેવત પ્રમાણે માસિક બે આનામા ગામનો ગોવાળીઓ એક ગાયને આપે મહિનો ચરાવતો. હિંદુ રિવાજ પ્રમાણે ભોજન વખતે જે ગવાનક કાઢવામા આવતું, તેથી ગાયને પુષ્ટિકારક ખોરાક મળી રહેતો આવી સરળતા હોવાને લીધે દરેક ખિનખેડુત ગૃહસ્થને ઘેર પણુ એકેક ગાયનું પોષણ થતું અને વાછરડા થતા તે જીજ કિમતે ખેડુતોને મળતા, જેથી અત્યારે બળદની જે તાણુ ખેડુતોને પડે છે તે પડતી નહોતી. દૂધની એટલી છત હતી કે, “દૂધ વેચવું ને દીકરો વેચવો” એ કહેવત પ્રમાણે વેચાતું દૂધ આપવામા લોકો પાપ સમજતા. દરેકને ઘેર ગાય હોવાથી હાલની માફક ઠામઠામ દૂધની દુકાનોની જરૂર નહોતી. ગાય નહિ પાળી શકે તેને જોઇતું દૂધ વિનામૂલ્યે મળી રહેતું.

અત્યારે ચોખ્ખું દૂધ મેળવવું હોય તો ઘેર ગાય કે બેંસ પાળવી જોઇએ અને એવું એક જનવર પાલવવાનો ખર્ચ હાલની ધાસચારાની મોઢવારીમા માસિક દશબાર રૂપીઆ થતો હોવાથી ખેડૂતવર્ગ સિવાય બીજા માણસને ઘેર ઢોર પાળવાનું પરવડતું નથી.

દેશની આબાદાનીનો આધાર તેમા વસતા સ્ત્રી-પુરુષોની તદુરસ્તી ઉપર રહે છે. એ તંદુરસ્તીનો મુખ્ય આધાર સમાજને ચોખ્ખા અને પૂરતા પ્રમાણમા મળતા ઘી, દૂધ વગેરેપર હોય છે. ઘી, દૂધ વગેરે પુષ્કળ મળે એ માટે દૂધાળા ઢોરની સંખ્યા વધવી જોઇએ. એ સંખ્યા ત્યારેજ વધે કે જ્યારે દરેક ખેડુત યા ખિનખેડુત ઓછામા ઓછી એક ગાય-બેંસનું પોતાને ઘેર પાલન કરી શકે અને એવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરવા દેશમા ગૌચરણ પુષ્કળ પ્રમાણમા હોવા જોઇએ.

કેટલાક એવો સવાલ ઉઠાવે છે કે, ગૌચરણમાટે પડતર જમીન રાખવાની કાઈ જરૂર નથી, કારણ એવી પડતર જમીનમા તો માત્ર

ધાસજ ઉગે, જ્યારે એ જમીન ખેડાવી તેમા જુવાર, ખાજરી વગેરેનું વાવેતર કરવામા આવે તો ઢોરને માટે ધાસચારો ને માણસમાટે અનાજ ખેડ એકીવખતે પેદા કરી શકાય. ઉપલક્ષ દૃષ્ટિથી જોતા આ દલીલ વ્યાજબી લાગશે, પણ ગામડામા ફરી જેઓ ખેડુત ને ઢોરની હાલતી ને ભૂતકાળની સ્થિતિનો મુકાબલો કરી જુએ છે, તેને આવી દલીલ પોષળ જણાયાવિના નહિ રહે. મે એવા ખેડુતો જોયા છે, કે જેઓ કપાસના મોઢા ભાવ લઈ પૈસાદાર થવાના લોભમા બધી જમીનમા કપાસનું વાવેતર કરી ઢોરનું ગુજરાન પરદેશી ધાસની ખરકી ઉપર ચલાવે છે ! ખીજી રીતે વિચાર કરીએ તો ગૌચરની તગાશને લીધે ઢોર પાળવાનો ખર્ચ વધારે આવતો હોવાથી ખેડુતસિવાય બીજા લોકો ઢોર પાળી શકતા નથી, જેથી ખેડુતવર્ગ ઉપર સમાજને અન્નવસ્ત્ર પૂર પાડવાના ખોજ ઉપરાંત જનસમાજને ઘી-દૂધ પૂર પાડવાનો પણ ખોજો રહે છે. ગૌચરણ વધારે હોય, ને ધાસચારો સસ્તો હોય તો બિનખેડુત પોતાને જોઈતા ઘી-દૂધનો બદોબસત ઘેર દૂઝણા ઢોર રાખી ઓછા ખર્ચે કરી લેવા લલચાય, વાછરડા થાય તે ખેડુતોને જુજ કિમતે મળે અને પરિણામે ખેડુતને સસ્તા બળદો પૂરા પાડવાના સાધનરૂપ બને.

જે જમાનામા ગૌચરણમાટે એકદર જમીનનો ચોક્કસ ભાગ રાખીએ ફરજિયાત રીતે અલગ કાઢી આપતા, ઋષિમુનિઓ આવા ગૌચરણ ઉપર હજારો ગાયોનું પોષણ કરતા, એ ગાયોના દૂધથી હજારો બાળકો જગલમા પોષાઈ, હૃદયુષ્ટ બની પ્રહ્લયર્ચ પાળી વિદ્યાભ્યાસ કરતા તે વિદ્યાર્થીઓ સાથે, આજના જમાનામા ચંદાની સાથે જેને માત્ર એક ખેતોલા દૂધ ( અને તે પણ બેળસેળવાળું ) આખા દિવસમા મળતું હોય તેવા સત્ત્વહીન, ઉઠી આખ, ઘોળા વાળ ને ખેસી ગયેલા ગાલવાળા વિદ્યાર્થીઓને સરખાવો ! મનમાન્યુ ધાસ આખો દિવસ જગલમા સ્વતંત્ર રીતે ચરતા ઢોરની તદુરસ્તી સાથે ઘેર બાધી મૂકેલા ઢોરની તદુરસ્તી સરખાવો ! જે જમાનામા ધાસનો ભાવ એક રૂપીઆનું આઠ મણનો હતો અને ગાય, બળદ કે ભેંસની કિમત



૩. ૨૦ થી ૫૦ હતી, તે જમાના સાથે હાલનો જમાનો કે જેમા એક રૂપીએ મળુ ધાસ મળે છે, છાશને વારે દુબકાળ પડે છે અને એક ઢોરની કિંમત રૂ. ૧૦૦ થી ૪૦૦ સુધી થાય છે તે સરખાવો; એટલે ગૌચરની ખરી જરૂરિયાત આપના ધ્યાનમા સહજ આવશે.

દરેક ગામના આગેવાનોને મારી પ્રાર્થના છે કે, પોતાની વસ્તીના પ્રમાણમા જેટલા દૂધાળા જનનવરતુ પોષણુ થાય તેટલી ગૌચરની જમીન અલગ રાખવી. અત્યારે ભાગ્યેજ એવુ કોઇ ગામ હોય છે, કે તે ગામને પેટે તેજ ગામના ઢોરતુ પોષણુ થાય એટલું ગૌચર હોય. કેટલાક ગામમા તો નબળામા નબળી જમીનજ ગૌચર માટે રાખેલી હોય છે. સરકારની સહાય ન મળે તો તો ગામના મોટા ખેડુતોની ઉત્તરક્રિયાનિમિત્તે જે દાન કરવામા આવે છે, તેમા ગૌચરને માટે અમુક જમીન મળે એવી યોજના કરવી. ગૌચરની જમીન કોઈએ ખેડવા રાખવી નહિ. આવી જમીન ખેડવામા આપણા પૂર્વજો પાપ સમજતા. જે ગૌમાતા ખેતીને માટે બળદ પૂરા પાડે છે, તેને સ્વતંત્ર ચરવામાટે કાળજી ન રાખવી, એ આપણા કલ્પવૃક્ષના મૂળ છેદવા બરાબર છે, એમ સમજી ગૌચરણુમા જરૂર જેટલો વધારો કરવા બનતા પ્રયાસ કરવા. ગૌચરણુની જમીન જેમ જેમ વધતી જાય, તેમ તેમ દરેક ગૃહસ્થે પોતાને ઘેર એકેક ગાય પાળવી. ગાયને પાળીએ ને તેને વાછરડા આવે તો તે વાછરડા એટલે કે ગાયના જણ્યાને બળદ કરવામા પાપ છે, એવુ સમજી ગાયને પાળવામા વાંધો બતાવનારા હિંદુઓ પણ મારા જોવામા આવ્યા છે. ધર્મનો આ કેવો વિપરીતાર્થ ! ! આવા અજ્ઞાનને લીધેજ જ્યા હજારો બળદ દર વર્ષે બીજા દેશોને માટે કાજલ પાડી શકાતા; તે ગુજરાતમા અત્યારે દર વર્ષે હજારોની સખ્યામા સિંધ ને માળવા તરફથી બળદો આવે છે અને હજી પણ આપણે નહિ ચેતીએ, તો જેવી રીતે દર વર્ષે હજારો ઘોડા પરદેશથી મંગાવવા પડે છે, તેવી રીતે એક એવો પણ વખત આવશે કે આપણી ખેતીનો આધાર પરદેશથી આવતા બળદ ઉપર

રહેશે. જનવરની ઓલાદ સુધારવા માટે થોડા વર્ષપર દક્ષિણ અમે-  
રિકામાં પ્રાજીવમાટે આપણા દેશમાથી હજારો ઉત્તમ જાતના સાઢ ને  
ગાયો લઈ જવામાં આવ્યા; જ્યારે આપણુ આ બાબતમા લક્ષ્ય નહિ  
હોવાથી ઢોરની સારામા સારી ઓલાદ દેશમાથી નાખૂદ થવા માડી છે.  
પ્રભુ આપણને કર્તવ્યબુદ્ધિ આપો.

## ૫૮-લાખો જુવાન સ્ત્રીઓનાં ખૂન

(લેખક.-લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ; 'ગુજરાતી' તા. ૨૧-૨-૨૬)

સાહેબ ! છોકરીઓને સોળ વર્ષની ઉમરે પરણાવવા સખધી  
હિંદુ મહાસભાએ ઠરાવ પસાર કર્યો છે, તેના ટેકામા નીચેની હકીકત  
લખવાની રજા લઉ છુ.

નાની ઉંમરની સ્ત્રી સાથે સંબંધ કરવાના રિવાજને પરિણામે આ દેશ-  
માં પંદર વર્ષથી વધારે ઉમરની છોકરીઓનુ મરણપ્રમાણુ ઘણુ વધી જાય  
છે, એવી ફરિયાદ તા. ૧-૪-૨૫ના 'ન્યૂ ઇન્ડિયા'મા પ્રસિદ્ધ થઇ હતી.

નાની ઉમરે સાસરે મોકલેલી સખ્યાબધ જુવાન છોકરીઓ ક્ષય વગેરે  
નખબાધના દરદોથી પીડાઇને આશરે વીસ વર્ષની ઉમરે અને ઘણા કેમોમા  
તો તેથી પણ ઓછી ઉમરે ભરજીવાનીમા મરી ગયેલી હુ પોતે જાણું છુ.

આ લોક-પરલોકમા સુખી થવા ઇચ્છતા વિચારવત પુરુષોએ  
પોતાની નાની ઉમરની સ્ત્રીઓની તદુરસ્તીનો હમેશા વિચાર કરવો ઘટે  
છે. તેણીના આશીર્વાદો લેવાને હમેશા આતુર રહેવાથી તથા તેણીના  
શાપથી ડરવાથી પરમેશ્વર તેવા પુરુષો ઉપર પ્રસન્ન રહે છે.

નાની ઉમરે છોકરીને સાસરે મોકલવાના રિવાજને પરિણામે આ  
દેશમા છેલ્લા આશરે ત્રીસ વર્ષમા ૩૨,૦૦,૦૦૦ માતાઓ મરણપામી હતી.

“ઓખે કોનિકલ” તા ૨૭-૯-૧૯૨૫

ઉપરની ત્રાસદાયક હકીકતો ધ્યાનમા લઇને પોતાની દીકરીઓને  
પંદર વર્ષ પછીની ઉમરે પરણાવવાનો તમામ વિચારવંત હિંદુ મા-  
બાપ ઠરાવ કરે અને તેને પરિણામે લાખો બિચારી છોકરીઓ જીવતે

જીવત નરકની' પીડા સહન કરતી બચી બચ એવી મારી પ્રાથના છે.  
વાચનાર 'આ અપીલ વાચીને 'તમે શું કરશો ? લાખો બિચારી  
છોકરીઓના આશીર્વાદો લેવામાટે ઉપર પ્રમાણે પ્રબલ પ્રબલ કળવવાની  
મહેરબાની કરશો ?

## ૫૯-બહેનો ! આ વાત ન ભૂલશો.

( 'સૌરાષ્ટ્ર' તા. ૬-૯-૨૪, શ્રીમતી 'પાર્વતીદેવી'ના લાખણુમાથી )

મહાભારતમા ગવાયેલો એક સર્વજ્ઞાત કથાપ્રસંગ -

કૌરવોની સાથે ઘૂતમા હારેલા પાંડવોની નજર સામે ભરકૌરવ-  
સભામા દુશાસને રજસ્વલા દ્રૌપદીના કેશ અને ચીર જે વ્યા, અને પ-  
રાજિત (પણુ સત્યપાલક) પાંડવોએ એ દારુણ દુરાચાર નમેલે મસ્તકે  
સહી લીધો. પછી પાંડવો પોતાનું વચન પાળવા વનમા ફરવા લાગ્યા  
અને ત્યાં બધે તેમની પાછળ પડછાયાની જેમ, કૌરવોનો અત્યાચાર  
તેમને સતાવવા લાગ્યો. કૌરવો તરફથી સદાય વરસી રહેલા એ કૂર  
અને અસહ્ય બુલ્લમો છતાં, તેમનો ક્ષમાશીલ સ્વભાવ એ બધું ભૂ-  
લવા લાગ્યો; ત્યારે દ્રૌપદીજી પાંચે પતિઓને પોતાના જે ચાપલા કેશ  
અને વસ્ત્રો બતાવી બતાવીને તથા હસ્તિનાપુરના રાજમાર્ગ ઉપર ધૂળ-  
મા રગદોળાયેલી પોતાની દેહ દેખાડી દેખાડીને એ અત્યાચારોનું સ્મ-  
રણ કરાવતા; અને કહેતા કે, ભૂલવું હોય તો બધું ભૂલી જાઓ, પણ  
મારૂં-તમારી સ્ત્રીનું-અપમાન ન ભૂલજો

ભારતીય બહેનો ! તમારા કેશ અને ચીર આ સરકારના અનેક  
દુઃશાસનોએ જે વ્યા છે, તમને અનેક દુશાસનોએ રસ્તા ઉપર રગદોળી  
છે, તમારા ઉપર અનેક દુશાસનોએ ઘેર અત્યાચાર ગુન્ન્યા છે. તમે  
ભારતના પુરુષોને કહો કે, ભૂલવું હોય તો બધું ભૂલી જાઓ, પણ અ-  
મારૂં-તમારી બહેનોનું, તમારી માતાઓનું, તમારી પત્નીઓનું અપમાન  
ન ભૂલજો. આપણા પુરુષો આજે એ અપમાનો અને અત્યાચારો ભૂ-  
લતા જતા લાગે છે. તમારો ધર્મ છે કે, આપણા પુરુષોના દિલમા

એ અગ્નિ સદા જ્વલત રાખવો અને એ અપમાનોની યાદ ખૂઝાવા ન દેવી તમે સદાય કહેતા રહેજો કે, બધુય ભૂલજો પણ તમારી નારીઓનું અપમાન ન ભૂલજો. એ અગ્નિ જો જીવતો હશે તો એક દિવસ ફરીવાર કુરુક્ષેત્ર મહાશે અને પાડવોનો-ધર્મનો વિજય થયો, તેમ ભારતવર્ષનો વિજય થશે !

## ૬૦—સ્ત્રીઓને સૂચના

સ્ત્રીઓને સુખી થવામાટે એક સ્ત્રીસહાયક મહાને આપેલી સૂચનાઓ —

૧ ઉડાઉ થશો નહિ. એક પુરુષને આર્થિક પરાધીનતામાથી છૂટીને સ્વતંત્ર થવાનું ભવિષ્ય જેવું ગમે છે, તેવું બીજા કાઈ ગમતું નથી.  
૨ તમારૂં ઘર સાફ રાખજો. આખો દિવસ કામ કરીને થાકી ગયેલા પુરુષને પોતાના સુવ્યવસ્થિત સ્વચ્છ ઘરથી જેટલો આનંદ મળે છે, તેટલો બીજા કશાથી મળતો નથી.

૩ તમારો દેહ કદ્રૂપો બને તેવું કથુજ થવા દેશો નહિ.

૪ બીજા પુરુષો તમારા તરફ ખેંચાય તેવું કથુ પણ કરશો નહિ; કેમકે ધણીઓ ધણા અદેખા હોય છે અને કેટલાકો નિષ્કારણ વહેમી બને છે.

૫ પોતાનો પતિ વ્યાજબી નિયમ પાળવાનું કહે તો સામા થતા નહિ.

૬ તમારા પિયરમાં બહુ વખત ગુમાવશો નહિ.

૭ તમારી કૌટુંબિક બાળતોમા તમારા પાડોશીની સલાહ માનતા નહિ અથવા તમારા પિયરિયાની સલાહે ચાલવાનો બહુ આગ્રહ કરતા નહિ; પણ જાતેજ વિચાર કરી લેજો અને તમારા ધણી સાથે મસલત કરજો.

૮ તમારા ધણીને ઉતારી પાડશો નહિ. આવેશમા પણ તમે તમારા ધણીને માટે દર્શાવેલા ખોટા વિચારનો બીજાઓ લાલ લઇ તેને તમારા ધણીના ચરિત્ર અને શક્તિઓનું ખર્ચ માપ માનશે.

૯ હસજો, સર્વ બાળતોમા ધ્યાન રાખજો. તમારો ધણી કટાંગ્યો હશે-ચાક્યો હશે, તો તમારૂં હાસ્ય તેના ઉતાર છે. તમારા ધણીની લાગણીઓનો જો તમે ખ્યાલ રાખશો, તો તે પણ તમારી લાગણીઓને માન આપશે.

૧૦ તમારૂં સ્ત્રીત્વ ભૂલશો નહિ. પુરુષો, એ વધારે મોટા થયેલા

બાળકો છે. તેઓને તમે પટાવશો, તેની પરવા તેઓ નહિ કરે, પણ દયાવવા જશો તો સામા થશે, અને જો તમે સ્ત્રીહિંસિત વિનય અને સહનશીલતાથી તેની સાથે વર્તશો તો તે અવળા સ્વભાવનો હશે, તોપણ તમારા તરફ તેનો સહભાવ ખેચાશે અને તેને અકુશમા રાખી શકાશે.

## ૬૧-મેખલા-પ્રયોગ

(“વૈદ્યકદ્વપતરુ” લેખક:-વૈદ્ય વાસુદેવ શામળદાસ સેવકરામ-વડાગામ)  
 પૂર્વકાળમા ભારતવર્ષની અદર વૈજ્ઞાનિક જ્ઞાન જેટલુ ઉત્તમ હતુ, તેટલુ આજકાલ નથી, પરંતુ વર્તમાન પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનવેત્તાઓ હાલમા પોતાની ઉન્નતિ કરી રહ્યા છે, ત્યાંથી ભારતીય વિજ્ઞાનનો આરભ થાય છે. આ દેશના હમેશના વ્યવહારોમા પણ વિજ્ઞાનની પૂર્ણ છટા વિદ્યમાન છે; પરંતુ વાત એવી છે કે, અજ્ઞાનતાના સખએ આપણે તેની ઉપેક્ષા કરી રહ્યા છીએ. પણ તેના અસ્તિત્વને નષ્ટ કરવાની શક્તિ કોઈને આધીન નથી અમારા દ્વિજવર્ણમા એક એવી પ્રાચીન પ્રથા પ્રચલિત છે, કે જે બાબતમા બે શબ્દોમા નિવેદન કરવાની હું રમ્મ માણુ છું. દ્વિજોમા ઉપનયન સંસ્કાર કરી સમાવર્તન સંસ્કાર થાય ત્યાંમુધી મુજમેખલા ધારણ કરવાની પ્રથા બ્રહ્મચારીને સાર છે. આ પ્રથા કેટલી બધી ભારે સમજ અને મર્મભરેલી છે યા તો શા કારણને લઈને ચાલુ છે, તે જાણવાને હાલના મનુષ્યો કદી પણ વિચાર કરતા હોય એમ જણાતુ નથી. ઘણા લાખા સમયથી હું આ રહસ્ય સમજવા મહેનત કરતો હતો અને તેમા મેં જે જ્ઞાન મેળવ્યુ છે, તે આ પ્રમાણે છે.-બ્રહ્મચર્યાવસ્થામા અખડ બ્રહ્મચર્યવ્રતનુ પાલન કરવુ, એ દરેક બાળબ્રહ્મચારીનો ધર્મ છે, એમ સમજી શુદ્ધ બ્રહ્મચારી પ્રત્યક્ષ તો નહિ પણ સ્વપ્નમા મૈથુન નહિ કરે; પરંતુ મૈથુન કર્યાસિવાય વીર્યપાત થઈ જાય તો તેને રોકવો એ શક્તિબહાર છે અને આજકાલ એ રોગ (સ્વપ્નદોષ) ઘણા મનુષ્યોને હોય છે અને સ્વપ્નમાથી થતા વીર્યપાતને રોકવા સાર પ્રાચીન આયુર્વેદતત્ત્વનિષ્ણાત મહર્ષિઓએ મુજ-મેખલાનો વિધાન પ્રચલિત

કરેલો છે. મુજ-મેખલા ધારણ કરવાથી વીર્યસ્ત્રાવ થતો નથી, તેમજ સ્વભાવસ્થામા જતુ વીર્ય બધ પાડે છે.

આજકાલના અતિમૈથુનના કાળમા આ રોગ વધુ પ્રમાણમા જોવામા આવે છે અને એ કારણને લઇને દરેકે દરેક વ્યક્તિએ મેખલાઓ ધારણ કરવી જોઇએ અને ધારણ કરવાથી જળસમાન પાતળી થયેલી ધાતુ બંધાઇ જાય છે; તેમજ બીજા ઘણી જાતના ધાતુના વિકારો દૂર થાય છે અને વિનામૈથુને કદી વીર્યપાત થતો નથી પ્રાચીન આયુર્વેદાચાર્યોના કૃષ્ટી શોધાયેલા આવા ગહન, સાદા અને અત્યંત ફાયદાકારક ઉપાયોને આપણે વગરસમજે ઉડો વિચાર કર્યાસિવાય માત્ર ઉપલક દષ્ટિએ નજીવા સમજી, અવહેલના કરી, આપણા પગો ઉપર કુહાડી મારી બીજાની મદદની આશા રાખીએ છીએ. એ સિવાય બીજું શું ?

## ૬૨-સત્યભામા અને દ્રૌપદી

એક પ્રસંગે મેળાપ થતા સત્યભામાએ દ્રૌપદીને પૂછ્યું કે-“સખિ ! તારા સ્વામી જે મંત્ર કે ઔષધવડે તારે વશ રહે છે, તે મને બતાવ, કે જેથી શ્રીકૃષ્ણ પણ મારે વશ થાય”

દ્રૌપદીએ હસીને કહ્યું-“સખિ ! મંત્ર કે ઔષધથી તે કાંઈ સ્વામી વશ કરાતા હશે ? ગુણુહીન સ્ત્રીઓ મંત્ર અને ઔષધોથી સ્વામીને વશ કરવાનો પ્રયત્ન કરીને ઉલટું સ્વામીને તુકસાન પહોંચાડે છે. સ્વામી મને કેવી રીતે વશીભૂત થયા છે તે સાલળ. સ્વામી એજ સ્ત્રીનો દેવતા અને એકમાત્ર ગતિ છે, એમ જાણીને હું મન, વચન અને કર્મથી રાતદિવસ એમની સેવા કરું છું. સ્વામીસેવા એજ મારા જીવનનું એકમાત્ર ઘટ-એક માત્ર ધર્મ છે. હું કોઈ દિવસ એમની સાથે કડવું વેણ બોલતી નથી, તેમના મનને ખોટું લાગવા દેતી નથી, તેમના જમવા પહેલા ભોજન કરતી નથી, તેમના બેઠા પહેલા બેસતી નથી અને સૂતા પહેલા મૂતી નથી જે વસ્તુ એમને પસંદ ન હોય તેનો હું પણ ત્યાગ કરું છું; જેની સાથે વાતચીત કરવાની તેમની ઇચ્છા ન હોય, તેની સાથે હું પણ વાર્તાલાપ કરતી નથી,

સ્વામીની જેનાપર પ્રીતિ હોય તેનાપર મારી અપ્રીતિ હોય, તોપણ હું તેનું માન રાખું છું અને કાળજીપૂર્વક તેમની સેવા કરું છું. બહારથી સ્વામી જ્યારે થાકીને ઘેર આવે છે, ત્યારે આસન અને જળ આપીને હું તેમનો થાક દૂર કરું છું. બહારથી તેમનો અવાજ સાંભળતાંજ પારણા આગળ જઈ તેમનો સત્કાર કરું છું. દાસદાસીની પાસે એ કોઈ પણ વસ્તુ માગે તો હું જાતેજ ઉડીને એ વસ્તુ આણી આપું છું હું જ્યારે રાણી હતી, ત્યારે રાજ્યસંસારનો અને દાસદાસીઓનો સર્વ બાર તેમણે મને સોંપ્યો હતો હું દરરોજ પોતાને હાથે સ્વચ્છ રસોઈ કરીને યથાસમયે સર્વને જમાડતી; જાતેજ ધાન્ય અને ઘરની ખીજ બધી જણસો કાળજીપૂર્વક સાચવી રાખતી; જાતેજ ઘરના નોકરો, ભરવાડો, ગોવાળો વગેરેની ખબર રાખતી અને જાતેજ ધરસંસારના આવકખર્ચનો હિસાબ રાખતી મહેલના આશ્રિતોની સેવામાં મને રાત્રિ-દિવસનું ભાન રહેતું નહિ. રોજ બધાના જમી રહ્યા પછી હું જામતી, બધાના સૂઈ ગયા પછી હું સૂઈ જતી અને વહાણું વાતાં બધાના ઉંઠતા પહેલા હું ઉડીને ઘરકામમાં ગુથાતી.

સાસુજી કુતીને દરરોજ હું પોતે જમાડીને તેમની સેવા કરતી. કોઈપણ રીતે તેમના ઉપર હું મારો કારભાર દેખાડતી નહિ, તેમના કરતાં ઉચ્ચ પ્રકારનું કપડું કદી પણ પહેરતી નહિ, ગૃહધર્મમાં સર્વથા એમને આધીન થઈને ચાલતી. ખીજ તરફ સપત્નીઓને (શાક્યોને) પણ માની જણી બહેન ખરાબર ગણતી. કોઈ દિવસ તેમના ઉપર અદેખાઈ કરતી નહિ, તેમજ કોઈ દિવસ અનિષ્ટ વ્યવહાર કરીને કે કડવું વચન કહીને તેમનું દિલ દુલવતી નહિ.

સખિ ! એજ સ્વામીને વશ કરવાનો મત્ર તથા ઔષધ છે એથી મારો ઉપાય ખીજે કોઈ નથી એનો ઉપયોગ કરી જો, એટલે શ્રીકૃષ્ણ તને 'તદન વશીભૂત થઈ જશે.' "

## ૬૩—સતીમાહાત્મ્ય

(વરાહમિહિરકૃત “બૃહતસહિતા”માથી)

પુરુષાણાં સહસ્રશ્ચ સતી સ્ત્રી ચ સમુદ્ધરેત્ ।

પતિઃ પતિવ્રતાણાશ્ચ મુચ્યતે સર્વપાતકાત્ ॥ ૧ ॥

એક સતી સ્ત્રી હજારો પુરુષોનો ઉદ્ધાર કરી શકે છે. પતિવ્રતાનો પતિ સર્વ પાપથી મુક્ત થાય છે. (૧)

નાસ્તિ તેષાં કર્મભોગઃ સર્તાનાં વ્રતતેજસા ।

તયા સાર્ધશ્ચ નિષ્કર્મા મોદતે હરિમન્દિરે ॥ ૨ ॥

સતીઓના વ્રતના તેજથી તેઓને (પતિઓને) કર્મનો ભોગ રહેતો નથી. તેઓ નિષ્કર્મ થઈને સતીની સાથે ઈશ્વરના ધામમાં વિહરે છે.

પૃથિવ્યાં યાનિ તીર્થાનિ સતીપાદેષુ તાન્યપિ ।

તેજશ્ચ સર્વદેવાનાં મુનીનાશ્ચ સતીષુ તત્ ॥ ૩ ॥

પૃથ્વીમાં જે તીર્થો છે તે સર્વ સતીના ચરણમાં છે, તેમ દેવતાઓના અને મુનિઓના તેજ પણ સતીઓમાં રહેલું છે. (૩)

તપસ્વિનાં તપઃ સર્વં વ્રતિનાં યત્ ફલં વ્રતે ।

દાને ફલં ચ દાતૃણાં તત્ સર્વં તાસુ સન્તતમ્ ॥ ૪ ॥

તપસ્વીઓના સર્વ તપ, વ્રતીઓના વ્રતનું ફળ અને દાતાઓના દાનનું ફળ, એ સર્વ સતીઓમાં નિરંતર રહેલું છે (૪)

સ્વયં નારાયણઃ શંભુર્વિધાતા જગતામપિ ।

સુરાઃ સર્વે ચ મુનયો મીતાસ્તામ્યશ્ચ સન્તતમ્ ॥ ૫ ॥

નારાયણ પોતે, શંભુ, જગતના સૃષ્ટા બ્રહ્મા, સર્વ દેવતાઓ અને મુનિઓ પણ સતીઓથી હમેશા ભયભીન રહે છે (૫)

સતીના પાદરજસા સઘઃ પૂતા વસુન્ધરા ।

પતિવ્રતાં નમસ્કૃત્ય મુચ્યતે પાતકાન્નરઃ ॥ ૬ ॥

સતીની ચરણરજથી પૃથ્વી તુરંત પાવન થાય છે. પતિવ્રતાને નમસ્કાર કરી મનુષ્ય પાપથી મુક્ત થાય છે (૬)



ત્રૈલોક્યં ભસ્મસાત્ કર્તુ ક્ષણેનૈવ પતિવ્રતા ।

સ્વતેજસા સમર્થા સા મહાપુણ્યવતી સદા ॥ ૭ ॥

મહાપુણ્યવતી સતી સર્વદા પોતાના તેજથી ત્રૈલોક્યને પણ ક્ષણભા  
ખાળી મૂકવા સમર્થ છે (૭)

સતીનાશ્ચ પતિ સાધ્વીપુત્રો નિઃશંક એવ ચ ।

ન હિ તસ્ય ભય કિંચિદ્દેવેભ્યશ્ચ યમાદપિ ॥ ૮ ॥

સતીનો પતિ અને પુત્ર પણ સદા નિશ્ચિંત રહે છે; કારણ કે તેમને  
દેવોથી કે યમથી પણ ભય રહેતો નથી. (૮)

શતજન્મસુપુણ્યાનાં ગૌહે જાતા પતિવ્રતા ।

પતિવ્રતાપ્રસૂઃ પૂતા જીવન્મુક્તઃ પિતા તથા ॥૯॥

સો જન્મના પુણ્યવાનને ત્યા સતીનો જન્મ થાય છે. સતીની માતા  
પુનિત અને છે અને પિતા જીવન્મુક્ત થાય છે. (૯)

શ્રુતં દૃષ્ટં સ્પૃષ્ટં સ્મૃતમપિ નૃણાં હૃલાદજનનં,

ન રત્નં સ્ત્રીભ્યોઽન્યત્કવચ્ચિદપિ કૃતં લોકપતિના ।

તતસ્તો ધર્માર્થૌ સુતવિષય સૌખ્યાનિ ચ તતો,

ગૃહે લક્ષ્મ્યો માન્યાઃ સતતમવલા માનવિભવૈઃ ॥૧૦॥

દર્શનથી, શ્રવણથી, સ્પર્શથી અને સ્મરણથી પણ પુરુષને આહ્લાદ  
ઉત્પન્ન કરે એવું સ્ત્રીઓ વિના ખીણુ કોઈ રત્ન લોકપતિ બ્રહ્માએ  
ક્યાય પણ પેદા કર્યું નથી; એટલું જ નહિ પણ ધર્મ અને અર્થની  
ઉત્પત્તિ પણ સ્ત્રીઓ માથી જ થાય છે. પુત્ર અને વિષયસંબંધી સુખોનો  
આધાર સ્ત્રીઓ ઉપર જ છે, એટલા માટે ધરમા લક્ષ્મીરૂપે વસનારી  
સ્ત્રીઓ સતકાર અને વૈભવદ્વારા માન આપવા યોગ્ય છે. (૧૦)

યે હ્યદ્ગાનાનાં પ્રવદન્તિ દોષાન્વૈરાગ્યમાર્ગેણ ગુણાન્વિહાય ।

તે દુર્જના મે મનસો વિતર્કઃ સદ્ભાવવાક્યાનિ ન તાનિ તેષામ્ ॥

કેવળ વૈરાગ્યની દૃષ્ટિથી સ્ત્રીઓના ગુણોનો ઉચ્ચાર કરવાને બદલે  
જે કોઈ તેમને દોષ દે છે, તે દુર્જન છે તેના એ વચનો સદ્બુદ્ધિથી  
નીકળેલા નથી, એમ હું માનુ છું (૧૧)

## ૬૪—દૂધની ભૂકીની બનાવટ

(લેખક—પોપટલાલ મોનજી યાજ્ઞિક, “વિશ્વજ્યોતિ” શ્રાવણ-સં ૧૯૮૧)

કેટલીક વખતે દૂધ મળતુ નથી, તેમજ પ્રવાસી માણસને અને માદા માણસને રાત્રે ખીજ કેટલીક અડચણને વખતે દૂધની ઘણી જરૂર હોય છે, પણ તે મળી શકતુ નથી. તે વખતે આ ભૂકીનો ઉપયોગ કરવાથી ઘણીજ અડચણો ઓછી થાય છે. તે બનાવવાની રીત— સાકર તોલા ૪૦), સોડા બાયકાર્બોનેટ તોલો ૦૧, સ્વચ્છ વસ્ત્ર-ગાળ કરેલું દૂધ તોલા ૧૨૫), ઉપરની ચીજો પહેલા તૈયાર કરી રાખવી. પછી એક લોખંડની કઢાઈ- ( પેણો ) લઈને તેમા મલમલના કપડા-માથી ગાળેલું દૂધ નાખવું અને તે કઢાઈ ચૂલા ઉપર ભૂકીને મદ (ધીમી) ગરમી આપવી. પછી તે દૂધને અધું અવટાવી ( બાળી ) નાખવું; અને ગરમી જરા ઓછી કરી નાખવી. પછી અર્ધો તોલો પાણી લઈને તેમા સોડા બાયકાર્બોનેટ નાખી તે મિશ્રણ થાળીમા મૂકેલી સાકરની ઝીણી ભૂકી ઉપર છાટવું અને હાથવડે તેને ચોળવી. એ મુજબ થોડા વખત સુધી ચાલુ રાખવું, જેથી ખાડ અને સોડાનુ ઉત્તમ મિશ્રણ તૈયાર થશે. પછી તે સાકરની ભૂકી થોડી લઈને તે કઢાઈમાના દૂધમા નાખી દૂધને હલાવતા રહેવું. એ મુજબ બધી ભૂકી મેળવી નાખીને નીચે ગરમી વધારવી અને તે દૂધને ખૂબ હલાવતા રહેવું; જેથી નીચે દૂધ બળશે નહિ. પછી તે દૂધ જેમ જેમ ઘટ (ઝડું) થતું જાય, તેમ તેમ તેને ખૂબ હલાવતા રહેવું, જેથી છેવટે તેની સંદેહ ભૂકી તૈયાર થશે. ભૂકી તૈયાર થયા પછી ગરમી ઓછી કરવી અને કઢાઈ ઉપર ઢાકણ ઢાકી દેવું, જેથી તે ભૂકીને હવા લાગશે નહિ; નહિ તો તે ભૂકી ભીનાશ પડતી થશે. તે પછી અર્ધા સતલના ટીનના ડબાઓ તૈયાર કરીને તે ડબામા ભૂકી ભરીને તેનું ઢાકણ ગરમ કરી ઉપર બંધ કરવું. પછી તે ડબાઓનો ઢાકણાવાળો ભાગ સીમેન્ટથી બંધ કરી નાખવો. આ ડબાઓ ચોખંડા અને ગોળ એવી બે બનાવ-

ના થાય છે. ડાળાઓ ખંધ થયા પછી સીમેન્ટ તેના મેં ઉપર લગાડી ખંધ કરવાથી હવા અંદર જવા પામશે નહિ. પછી તે ડાળા ઉપર છાપેલું લેખલ ચોટાડવું. તે લેખલમાં સૂચનાતરીકે લખવું કે, એક તોલો બૂકી ૧૬ થી ૨૦ તોલા ગરમ પાણીમા મેળવવાથી તાણું દૂધ તૈયાર થશે. વિલાયતી આવા એક ડાળાની કિંમત ૧૧ થી ૧૧૧ રૂપીઓ પડે છે અને દેશી ડાળાઓ દશથી બાર આના સુધી વેચી શકાય છે. મોટા વેપારીને આઠ આને એક ડાળો વેચીએ તો બે આનાથી પણ વધારે ફાયદો પડે છે. શું આ કામ છોકરાઓ નહિ કરી શકશે? મોટા માણસો આ કામ કરીને હિંદુસ્તાન બહાર જતા નાણા અને વધુ અપાતી કિંમતો અટકાવશે તો હિંદુ મજૂરો અને વેપારીઓના ધરમા તે નાણા આવી શકશે; અને હિંદુ લોકોએ બનાવેલાતરીકે વેચાઈ પૈસો, ચોખ્ખાઈ અને સસ્તાઈનો બહોળો લાભ હિંદુસ્તાનને ખરેખર થશે તથા પરદેશી લોકોનો માત્ર તેથી ઓછી કિંમતે વેચાશે.

## ૬૫-શક્તિની દવા ખાઈને મરનારાઓ !

(લેખક:-લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ, જુનાગઢ)

૧ ‘ત્રાસદાયક જાહેરખબરો’-આ દેશના વર્તમાનપત્રોમાં ‘શક્તિની દવા’ની લાંબી લાંબી તથા ખેંચાણુકારક ભાષાવાળી જાહેરખબરો હમેશા છપાયા કરે છે.

(૧) “અર્ધા કલાકમા પાવર પીલ્સનો અજબ અમત્કાર.” (૨) “પંદર મિનિટમા કૌવતનો પૂર જોસ,” (૩) “ત્રેમના વિલાસી જનોમાટે ગોળાઓ,” (૪) “સંસારસુખ ગુમાવી ખેઠેલા પુરુષોને આ ગોળાઓ સોનાના જેવી કિંમતી છે,” (૫) “આ કિંમતી ગોળાઓની હજારો ખાટલીઓ ખપી ગઈ છે.” વગેરે શબ્દો વાચીને કેટલા બધા સૂર્ય પુરુષો રાતદિવસ કામના વિચારો કરીને પોતાની જાંદગી ટુકડી કરતા હશે?

૨ એકાએક મરી જતા તંદુરસ્ત જુવાન પુરુષો-બધા જુવાન તંદુરસ્ત પુરુષો એકાએક બિમાર પડીને થોડા દિવસોમાં અથવા

તો રીખાઈ રીખાધને મરી જાય છે. આવા કેટલા હતલાગી પુરુષો “પ્રેમના વિલાસી જનો માટેની ગોળીઓ”ના છુપા ભોગ બનીને પોતાનાં મા, બાપ, સ્ત્રી, બાળકો વગેરે વહાલાઓને પોક મૂકાવતા હશે ?

૩ વર્તમાનપત્રમાં ચેતવણી—તા. ૧૮-૧૨-૧૯૨૨ ના એક શેઠદા વર્તમાનપત્રમાં “શક્તિની દવા વાપરનારાઓને ચેતવણી” એવા મથાળા નીચે એક લેખ છપાયો હતો. તેમાં જણાવ્યા પ્રમાણે “પુરુષોની શુભાવેલી જીવનશક્તિમાટે હજારો લેલાગુ દવાઓ નીમહકીમો તરફથી બહાર પડે છે; અને હજારો લોકો આ ઇલાજમાટે તેવી દવાઓ પાછળ પૈસાની ખરબાદી કરે છે”

બધા વેપારીઓ પોતાની દવાના વખાણુ કરે છે! કાંઈ પણ એમ કહેતો નથી કે, “મારી દવા જીવલેણ છે!”

૪ સોળ વરસના એક જીવાનની વાત—આશરે સોળ વરસનો મારો એક ઓળખીતો શ્રીમત જીવાન પુરુષ હતો. તેની સ્ત્રી ધણી ખૂબ સુરત હતી. તે ધણી તંદુરસ્ત હતો, પણ એક દિવસ તે એકએક બિમાર પડીને અવાચક થઈ ગયો. તેના માબાપને વહેમ આવ્યો કે, તેના એક મૂર્ખ મિત્રની સલાહથી તેણે કાંઈ ‘શક્તિની દવા’ ખાધી હતી. તે સંબંધમાં તે પુરુષને ધણું પૂછવામાં આવ્યું, પણ તે બીલકુલ બોલી શક્યો નહિ અને મરી ગયો!

જ્યારે તેના શબને મસાણામાં લઈ જવામાટે તૈયારી થતી હતી, ત્યારે હું ત્યાં હાજર હતો. તે વખતે તેની મા, બહેન, સ્ત્રી વગેરે સગી બાઈઓ ગમે તેવા કસાઈને પણ રડવું આવે તેવી ત્રાસદાયક રીતે છાતી ફૂટીને વિલાપ કરતાં હતા. તે લયંકર સ્થિતિમાટે જે ‘શક્તિની દવા’ બનાવનાર તથા તેની જાહેરખબર લોકોમાં ફેલાવનાર માણસો જવાબદાર હશે, તેમના મરણ પછી કર્મના ઇશ્વરી ઇન્સાફી કાયદા પ્રમાણે કેવા ખુરા હાલ થવા જોઈએ તેના ખ્યાલ કરવો સહેલો છે

૫ વર્તમાનપત્રોના માલિકોને અરજ—વર્તમાનપત્રોના માલિકોને બીજી સેંકડો નિર્દોષ જાહેરખબરોના હજારો રૂપિયા મળે છે,

માટે કર્મ તથા પુનર્જન્મના ઇશ્વરી ઇન્સાફી કાયદાનો ખ્યાલ કરીને 'શક્તિની દવા'ની જાહેરખબરો કદીપણ નહિ છાપવાનો ઠરાવ કરવાની તેઓ મહેરબાની કરે અને તેથી હજારો કુટુંબોનો તેઓ આશીર્વાદ મેળવે, એવી મારી પ્રાર્થના છે.

૬ અરજ—મારો આ લેખ છપાવીને, છૂટથી ફેલાવી મહાપુણ્ય કરાવા હું અરજ કરું છું.

જેવું વાવશો તેવું પામશો, ઘઉં વાવશો તો ઘઉં પામશો, પથ્થર વાવશો તો પથ્થર પામશો, દુનિયામાં સુખ વાવશો તો સુખ પામશો, દુનિયામાં દુઃખ વાવશો તો દુઃખ પામશો.

ઇશ્વરી ન્યાયાધીશને કદી પણ ઠગી શકશો નહિ!

## ૬૬—દાદરનો સહજ-મક્ત ઈલાજ

( લેખક—જગનલાલ મગનલાલ )

મરચાંના છોડના લીલા પાન લાવી પાણી નાખી ખૂબ ઝીણું વાટી રસ કાઢી એની અદર થોકુક મીઠું નાખી થયેલી દાદર ઉપર ખૂબ મસ-જવાથી દિન પંદરની અદર મટી ચામડી સુંવાળી બને છે. આ દવા જન્મેજન્મની થયેલી દાદરને પણ મટાડી શકે છે. આ દવા લગાડવાથી અગન બળતી નથી, સહેજ લાગે છે. આ દવા જગજાહેર સારૂ બતાવવામા આવી છે. દશ વરસની જૂની દાદર હોય અને કાળી કે લાલ હોય તોપણ મટે છે. મારા ભાઈઓ 'આ દવાથી ફાયદો લાગે તો ખીજ ભાઈ એટલે ગરીબ લોકોને પણ બતાવશો ગરીબોને હું ખર્ચી ટળવળતા અટકાવવા તેમને ખબર પણ આપવી એ આપણી ફરજ છે. જેમને દાદર મટે તેમણે યથાશક્તિ કળુતરાને મકાઈ અગર ફૂતરાને રોટલા નાખવા.

# ૬૭—મહાત્મા કબીર અને પાપીનો પસ્તાવો

(લેખિકા:—બહેન વિનોદિની નીલકંઠ, ‘આલમિત્ર’માથી)

સંત કબીરની એક વાર્તા છે એક નગરમા કોઈએક બહુ પાપી સ્ત્રી રહેતી હતી. નગરની સ્ત્રીઓ એના ઘર આગળથી પસાર થવામાં પણ નાનમ માનતી. રસ્તામા કદાચ તેમને પેલી સ્ત્રી સામી મળી જતી તો તેઓ મુખ ફેરવી દેતી, ગામના સૌ માણસ એની નિંદા કરતા.

આખરે ગામના આગેવાન માણસો ભેગા મળી તેને કબીરજી પાસે લઈ ગયા. તેમણે કબીરને પેલી સ્ત્રીની સઘળી હકીકતથી વાકેફ કર્યા, ત્યારે સાગરસરખી ગંભીરતાથી સંતે તેમને પૂછ્યું કે “તમે તે સ્ત્રીને શુ કરવા માગો છો?” લોકોએ જવાબ દીધો કે “પ્રભુ ! અમારે એને સખત શિક્ષા કરવી છે.” કબીર બોલ્યા કે “આવતી કાલે તે સ્ત્રીને લઈ સૌ નગરજનો અહીં આવજો.”

હજી તો પૂરું અજવાળુંએ નહોતું થયું, ત્યાં તો કબીરજીની જુંપડી-બહાર નગરજનોના પૂર ઉલટ્યાં કબીરે પેલી પતિત સ્ત્રીને એક જગ્યાએ ઉભી રાખી; લોકોનો સમૂહ તેની આસપાસ વિટળાઈને ઉભો શાત મીઠા સ્વરે સત બોલતા સંભળાયા “તમે કહો છો કે, આ સ્ત્રી પાપી છે. આવી પાપી સ્ત્રીને જરૂર સજા થવી જોઈએ દરેક નગરજન એકેક પથ્થર ઉપાડી એને મારજો ” લોકોમા આનંદના પોકાર થવા લાગ્યા; પણ એકેય પથ્થર પડે તે પહેલા કબીર બોલ્યા કે “ઉભા રહો, થોભી જાઓ. તમે બધા આ બાઈને એના પાપની સજા કરો છો, પણ તમારી ખાત્રી તો છેને કે, તમે તેને શિક્ષા કરવા લાયક છો? તમારામાથી જે તદ્દન પાપરહિત હોય, તેજ એને પથ્થર માગે તમે પણ પાપી હો તો આ પાપી સ્ત્રીને મારવાનો તમને જો લક્ષ છે?” લોકોમા બળલજાટ થયો, પેલી પતિત સ્ત્રીની આમપાસ થયેલુ માણસોનું કુંડાળુ ધીમે ધીમે દૂર ને દૂર ખસતુ ગયું; દરેક જણ પાછળ પગલા બરી ચાલવા માડતુ હતુ; દરેક પગલે તેમને પોતપોતાના પાપો યાદ

આવતા હતા ધીમે ધીમે લોકો અદૃશ્ય થઈ ગયા. સંત કબીર અને પેલી સ્ત્રી, એ બેજ હવે ત્યાં રહ્યા સત કબીર પેલી સ્ત્રી પાસે આવ્યા અને તેને હાથ જોડીને કહ્યું કે “ માતા ! તું પાછી ઘેર ચાલી જા, મારી ખાત્રી છે કે, હવે પછી તું કદીએ પાપ નહિ કરે. ”

સ્ત્રીની આખમાથી આસુની રેલ ચાલી કબીરે તેને રડવા દીધી. આસુદારા એના પાપ એસરી જતા હતા.

તે દિવસથી પેલી સ્ત્રી કબીરની પરમ ભક્ત બની. કબીરપંથીઓએ તે મહાભાગ્યશાળી સ્ત્રીના બહુ ગુણ ગાયા છે.

## ૬૮—મહર્ષિના અમર આત્માને વંદન હો !

( “ગાડીવ”-સુરત, તા. ૧૪-૨-૨૬નું મુખપૃષ્ઠ )

એ વાતને સો સો વરસ વીતી ગયા. ગઈ સદીના એક સુધન્ય વરસમા ટકારાના પુણ્યતીર્થે એણે જન્મ લીધો. સનાતન ધર્મના તેજોમય કીર્તિદીપકની આખી પડતી શિખાઓને સંકારવાને-તેને સતેજ કરવાને કાળે એનો અવતાર હતો-અને, -અને એ પુણ્યપુરાણ સંસ્કૃતિના એસરતા પૂરને તેણે પાછા વાળ્યા !

એ હતો મહર્ષિ ! મહાનથીયે મહાન ઋષિમુનિઓથી ન પળાય-લા વ્રતોના એણે પરચા બતાવ્યા. મહત્તમ વિભૂતિઓની પરમ મહિમા-મયી શક્તિઓના ભૂલાતા જતા ઇતિહાસોને એણે પાછા સજીવન કર્યા. સદ્ધર્મના અધકારપછેડા હેઠળ છુપાયેલા અધર્મના મહાપટલોને એણે દુનિયાની દૃષ્ટિએ આણ્યા. સનાતન હિંદુત્વના દેહપર થતા જખમો-ને નિવારવાના એણે માર્ગ બતાવ્યા.

એ હતો એકનિષ્ઠ બ્રહ્મચારી ઇતિહાસને ચોપડે સુવર્ણાક્ષરથી ઝળહળતા ભીષ્મપિતામહના જીવનાદર્શોને અશક્ય માનવા લાગતી થયેલી પ્રજાને આગણે એણે બ્રહ્મચર્યના ઓજસ ઉતાર્યા, સત્ય તપશ્ચર્યાના બ્રહ્મવચ્ચર્ય દાખવ્યા સંન્યાસીઓનો પરમ સંન્યાસી, સંસારીઓનો પરમ પૂજનીય, સનાતન હિંદુધર્મનો મહા ઉદ્ધારક-હિંદુત્વના પુન-

રજીવન કાળે જીવનભર ભોખે ધારણ કરી તેને ખાતર પ્રાણ ન્યો-  
છાવર કરનાર-એ હતો દયાનંદ સરસ્વતી.

વીસ વરસની દૂધમલ ઉંમરે એણે ધર તજ્યું અને લગવાં ધારણ  
કર્ધાં. આઠ આઠ વર્ષો સુધી ન જોયા ઉંધ ને ચાક, ન જોઈ ભૂખ કે  
તરસ અને વિદ્યાભ્યાસ કર્યો; યોગના ચિંતન કર્યો; સારું હિંદ તેમની  
ગર્જનાના ટંકારોથી પછે ગાજી રહ્યું! આર્યત્વનો તેણે ઝુંડો ધર્યો અને  
હિંદુત્વને હાકલ નાખી; વહેમ ને અજ્ઞાનના, મિથ્યાચાર ને આકંઠરના,  
ખતીંગો અને ધર્મધેલછાઓના જળાજાખરા તેણે સાફ કરવા માડ્યા.  
બ્રહ્મચર્યના તેણે આદેશ આપ્યા. દુ.ખના કુંગરાઓ હેઠળ સેંકડો  
વરસના રૂઢિખંધનોથી કચડાતી રાંકડી વિધવાઓની તેણે ખાય ઝાલી.  
હિંદુઓના કહેવાતા અસ્પૃશ્યતાવાદના મૂળનાં તેણે ઉચ્છેદન આદર્યાં-  
અને સારી હિંદુ આલમમા ચેતનાની ચિણ્ણગારી ચમકી ઉઠી.

ને સત્યનો જપ જપવા ખાતર, નેકીની નેકી પુકારવા ખાતર જેમ  
સૈફેટીસે ઝેરના પ્યાલા ગટગટાવ્યા, તેમ ગરવી યુજરાતના એ પનોતા  
સંતાનને પોતાનો કીર્તિધ્વજ ફરફરાવતાં, ઝેરીલા ભોજનો આરોગી  
દેહ કુરખાન કરવો પડ્યો.

સેવા એ જેનો મંત્ર હતો, બ્રહ્મચર્ય એ જેનું વ્રત હતું, ધર્મ એ  
જેનો પ્રાણ હતો, આત્મત્યાગ એ જેનો દેહધર્મ હતો-દયા, ક્ષમા  
અને ઝજીવતા જેના અંગે અંગમા ઉભરાતી એવા એ યોગીને, તેના  
અમર આત્માને વારંવાર વંદન હો, કોટી કોટી નમસ્કાર હો !

## ૬૯-સ્વામી વિવેકાનંદનો એક મહામંત્ર

(સ્વામી વિવેકાનંદ-ગ્રંથ ૨ જમાથી)

ઓ હિંદુસ્તાન ! સીતા, સાવિત્રી અને દમયંતી, એ તારી સ્ત્રી-  
જાતિનો આદર્શ છે, એ તું ભૂલતો નહિ; તારો ઇષ્ટદેવ યોગીઓનો  
યોગી અને ત્યાગી ઉમાપતિ શંકર છે, તે તું ભૂલતો નહિ; તારૂં લગ્ન,  
તારી દોલત અને તારી જીંદગી ઇન્દ્રિયવિલાસમાટે કે તારા અંગત



સુખને માટે નથી; એ તું ભૂલતો નહિ; જગદ્બાની વેદીમા હોમાવાને માટેજ તું જન્મ્યો છે, એ તું ભૂલતો નહિ, તારા દેશનું સામાજિક બંધારણ અને વિશ્વવ્યાપી માતૃત્વનોજ પડવો છે, એ તું ભૂલતો નહિ; અત્યંતે, અજ્ઞાનીઓ, ગરીબ લોકો અને ભંગી લોકો પણ તારા ભાધ્યો છે, એ પણ તું ભૂલતો નહિ.

હે હિંદુસ્તાનના વીરપુત્ર ! તું બહાદુર થા, હિંમતવાન થા, તું હિંદુ છે તે માટે મગર થા અને જગતને જાહેર કર કે “હું હિંદુ હિંદુસ્તાનમાં જન્મ્યો છું અને દરેક હિંદવાસી બ્રાહ્મણથી માઠીને ભંગી સુધીના સર્વ મારા ભાધ્યો છે.”

ઓ હિંદવાસી ! તારી કેડ ઉપર એકમાત્ર લંગોટીજ રહેલી હોય તોપણ તું ગર્વથી મોટે સાદે કહેજે કે “હિંદુનું જીવન એજ મારું જીવન છે, હિંદના દેવોજ મારા ઉપાસ્ય છે, હિંદનો જનસમાજ એ મારા બાળપણનું પારણું, જીવાનીની વિલાસભૂમિ અને ઘડપણની સ્વર્ગસભી કાશી છે.”

ઓ મારા ભાધ ! તું જગતને કહેજે કે “હિંદુસ્તાનની પવિત્ર ભૂમિ એજ મારી સ્વર્ગભૂમિ છે અને હિંદુસ્તાનનું કલ્યાણ એજ મારું કલ્યાણ છે.”

હે ભારતીય ! આ મહામત્તનો તું રાતદિવસ જપ કરજે કે “હે લક્ષ્મીપતિ ! હે ગૌરીપતિ ! હે જગદ્બા ! મને અર્ધ પુરુષત્વ આપજો. હે સર્વ પ્રકારના બળ-ઐશ્વર્યના ભંડાર ! મારી નિર્બળતાનો, મારી બીરુતાનો નાશ કરજો અને મને ખરો મર્દ બનાવજો.”

## ૭૦-મૃત્યુલોકનું અમૃત-છાંશ

(ભજનમાળા ભાગ ૫ માથી)

મળાવરોધ-કબજાઆત થવાથી શરીરમાથી કચરો બહાર નીકળી જવાને બદલે અંદર ને અંદર સડ્યા કરે છે, અને પછી હરવખત તેના થોડા થોડા કણ લોહી સાથે મળી જઈને રક્તવાહિની નાડીઓ-મા ભરાઈ ખેસે છે, તેથી રક્તવાહિની નાડીઓ ફૂટે છે અને અક્ષય-

જડ થઈ જાય છે, એટલે લોહીના ફરવામા વિદ્ય આવવાથી શરીરના જૂદા જૂદા અવયવોને યોગ્ય પ્રમાણમા લોહી મળતું નથી; તેથી શરીર વૃદ્ધ જેવું દેખાવા લાગે છે અને તેથીજ મગજ, નેત્ર, હૃદય, ઉદર (આમાશય, પક્વાશય), જનનેદ્રિય વગેરે અવયવો વ્યાધિગ્રસ્ત તથા શિથિલ રહે છે. જો ઉત્તેજક (માદક-તામસી) પીણા હાટલોમા કે રખડપટ્ટું લોકો પાસેથી અઢારે વર્ણના એકા ઉચ્છિષ્ટ રક્ષાખી-ખાલાદ્વારા પીવામા આવ્યા હોય, તો પીનારાઓ ઉપદંશ, પ્રમેહ આદિ ચેપી વ્યાધિઓના ભોગ પણ થઈ શકે છે એકની એક સોડાની બાટલી ઢેડ, લગી કે મુસલમાને મોઢામા ખોસેલી તે આજનો સુધરેલો બ્રાહ્મણ વગરસ કોચે પી શકે છે. તેમા હવે ચેપી રોગોને ઉત્પન્ન થવા માટે અવરોધ શું રહ્યો ? દેશી અને પરદેશી વિક્ષાનો કહે છે કે, જમ્યા પછી ગાયના દૂધની સ્વચ્છ મોળી છાશ પીવામા આવે તો તેથી બહુ ફાયદા થાય છે. રક્તવાહિનીમા સચિત થયેલો જડ પદાર્થ-કણ પીગળી જાય છે અને તેનો કોઈપણ અવયવમા સંચય થતોજ નથી; તેથી રુધિરાલિસરણને સારી મદદ મળે છે, એટલે શરીર હૃષ્ટપુષ્ટ થઈ નાની વયમા વૃદ્ધાવસ્થા પ્રાપ્ત થતી નથી છાશમા જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત કરવાનો ગુણ હોવાથી વિકૃત પદાર્થ ઉત્પન્ન થતો નથી અને કોઈ કારણુ-વશાત્ થયો તો છાશનો મળશોધક (દસ્ત સાફ લાવવાનો) ગુણ તે વિકૃત પદાર્થને બહાર ધકેલી કાઢે છે, એટલે લોહી, માસ, મેદ, મગજ, વીર્ય આદિમા કોઈપણ વ્યાધિનો ઉલ્લવ થવાનો બહુ થોડો સંભવ થાય છે.

અમુક અમુક વ્યાધિવાળાને શાસ્ત્રકારો છાશનોજ ખોરાક લેવાની ભલામણ કરે છે એકલી છાશ ઉપર ૧૫-૨૦ દિવસ કાઢેલા માણુઓ મે ધણા જોયેલા છે. દરેક વ્યાધિવાળાને તથા નિરોગીને દરેક ઋતુમા દરેક પ્રકૃતિવાળાને દરેક સ્થળમા દરેક વખતે છાશને પદ્ય ગણેલ છે. અનુભવ પણ એ વાતને પુષ્ટિ આપે છે ખોરાકમાં અથવા ખોરાકતરીકે છાશનો છૂટથી ઉપયોગ થાય છે, તે મિવાય વેદકશાસ્ત્રમાં છાશથી અમુક અમુક વ્યાધિઓ પણ જૂદા જૂદા અનુપાનથી મટી શકે છે, એમ વર્ણવ્યું

છે. એ છાશનુ ગામડીઉં વૈદુ પણ જાણવા જેવું છે. લખે છે કે, ઔ-  
ષધિતરીકે અથવા અનુપાનમા ઓસડીઆ સાથે વાપરવાની ગાયના દૂધ-  
ના દહીંમાથી બનાવેલી છાશ તાજી મોળી સ્વચ્છ ગોળી(કલાષ દીધેલ  
પિત્તળની અગર માટીની)મા બનાવેલી વાપરવી (ખોરાકમાં પણ એવી-  
જ વાપરવાનું સમજવું.) લીડીપી પરનુ ચૂર્ણ વાલ ૧ અને છાશથી  
ખાસી તથા છાતીનો કફ મટે છે અજીર્ણમા સિંધાલુણ અને મરી  
સાથે; ગરમીના તાવમા સાકર સાથે; ઝાડા-મરડામા જીરું તથા સાકર સાથે;  
મગજની ગરમી, મગજનું ખાલીપણુ વગેરેમા જેઠીમધના મૂળ સાથે;  
નેત્રની ઝાખ, ગરમી વગેરેમા છાશ એકલી પીવી; સાદ ખેસી ગયો  
હોય તો શેકેલી બહેડાની છાલના ભૂકા સાથે; છાતીના દુઃખાવામા તેમ-  
જ ધબકારામા પીપળીમૂળના ભૂકાસાથે; લોહીના ઝાડામા ખીલાના ગર્ભ  
સાથે; સૂકા હરસમા ગોળસાથે; દૂઝતા અર્શમા ઈંદ્રજવ સાથે, સાપના  
દંશ ઉપર સરસડાની છાલના કવાથસાથે, કમરનો દુઃખાવો, વા વગેરેમા  
લસણના રસસાથે; છાતીમાથી પડતા લોહીમા અરકુસાના રસસાથે; કાક-  
ચીઆના ભૂકાસાથે; બધી જાતના તાવમા, માથાનો દુઃખાવો તથા આ-  
દાશીશીમા જાયફળસાથે, પેટના કૃમિ-જીવડામા વાવડીંગના ચૂર્ણસાથે;  
સુવારોગમા ત્રિકટુના ચૂર્ણસાથે, મૂત્રકૃમ્હમા જવખારના ભૂકાસાથે, ગુ-  
દ્ધવાયુમા વડાગરા મીઠાના ભૂકાસાથે અને સુકૃપ્રમેહમા ગોખરના ચૂર્ણ-  
સાથે છાશ લેવી.દાદર અને ખસમા કુવાડીઆના ખીજસાથે વાટી લેપ કરવો.

ઉપરના અનુપાન અથવા ઓસડીઆ સાથે છાશનો ઉપયોગ કરવાથી  
તે તે વ્યાધિ મટે છે. તે ઉપરાત સ્ત્રી, બાળક, યુવાન, વૃદ્ધ, રોગી,  
નિરોગી સર્વને સામાન્ય રીતે સર્વ દેશકાળમા પથ્યરૂપ છે; તેથીજ તેને  
મતૃયલોકમુધા નામ આપેલ છે. છાશ જ્યારે એવા એવા ફાયદા આપે  
છે, ત્યારે અર્વાચીન સુધરેલા પીણા તે તે રોગોને ઉત્પન્ન કરનારાં તથા  
અનેક રોગોના ખીજ આરોપણુ કરી માનવશરીરને હીન દશાએ પહોં-  
ચાડનારા માલમ પડે છે સુધરેલા પીણા પીનારા વર્ગને સ્વપ્ને પણ  
અનુભવ નહિ હોય કે કંકડીને લાગતી ભૂખ કેવી હશે!

જે સુખ અને શરીરબળનો અનુભવ, એક ગરીબ કે સામાન્ય સ્થિતિનો માણસ બાજરાનો ટાઢો રોટલો અને છાશ કે ખીચડીનો ખાનારો જે આનંદ અને આરોગ્ય મેળવી શકતો હશે, તે સુખ ને આરોગ્ય દિવસમા ત્રણ ચાર વખત ચા, કૌણી, કોકેના ઉકાળા અને સોડાના બાટલા ચઢાવનારો મેળવી શકતા હશે?

## ૭૧—કિંમત અંગ્રેજીની કે શાની ગણાય?

(‘નવજીવન’ તા. ૨૭-૪-૨૪માંથી. લેખક-મહાત્મા ગાંધીજી)

મોટી જવાબદારીનો હોદ્દો ભોગવવાને સારૂ અંગ્રેજી ભાષાનું કે ખીજું ભારે અક્ષરજ્ઞાન હોવાની જરૂર હોય છે; તેના કરતા ઘણી વધારે જરૂર તો સચ્ચાઈ, શાંતિ, સહનશીલતા, દૃઢતા, સમયસૂચકતા, હિંમત અને વ્યવહારબુદ્ધિની હોય છે. આ ન હોય ત્યાં સારામા સારા અક્ષરજ્ઞાનની સામાજિક કામમા દુકાનીલર પણ કિંમત નથી હોતી.

## ૭૨—“આગળ ધસો”માંથી સોનેરી વચનો

“મને વખત મળતો નથી, મને તક મળતી નથી, એવું કોઈ મહાન કાર્ય કરનાર કહેતો નથી ‘તક મળતી નથી’ એ નબળા અને અદૃઢ મનુષ્યોનું જ હિંમેશનું બહાનું છે. દરેક મનુષ્યને જીવનમા અનેક તક મળે છે.”

“માણસ જી પડીમા જન્મેલો હોય કે મહેલમાં જન્મેલો હોય, તે કોઈ મહત્ત્વનું નથી. દૃઢ હેતુનો આવેશ તેનામા હશે અને તે સ્વાત્મ્ય રાખશે તો માણસ, દેવ કે દાનવ પણ તેને આગળ વધતા અટકાવી શકશે નહિ.”

“તમારે શું કરવું તે વિશે જગત કંઈ કહેતું નથી; પણ તમે જે કાંઈ માથે લો તેમા સર્વોપરી-શ્રેષ્ઠ બનો, એમ તેનું કહેવું છે પરંતુ વર્ગના લક્ષે ઉચ્ચતાર થવું. પણ કોઈ પણ કામમા ખીજા વર્ગમા

આવડું નહિ; એમાં ખરી કંતેહ રહેલી છે.”

x                      x                      x                      x                      x

“તમે શું જાણો છો અગર તમે કોણ છો, તે હાલના જમાના-  
મા પૂછવામાં આવશે નહિ. તમે શું કરી શકો એમ છો, તેજ આ  
જમાનાનો પ્રશ્ન છે.”

## ૭૩—કયા જર્મની ભારત કા ઉપનિવેશ થા?

( ‘મતવાલા’ તા. ૫-૧૨-૨૫; શિક્ષા-પટના )

“જર્મન” શબ્દ “શર્મન” કા અપભ્રંશ છે. ‘શર્મન’ મેં  
‘શ્વ’ ‘હિંસાયામ’ ધાતુ હૈ, જિસકા અર્થ હૈ મારકાટ. પ્રાચીન સમય મેં  
બ્રાહ્મણ અપની ધર્મરક્ષા કે લિયે યુદ્ધ કરતે થે, ઉસ સમય ઉનકા નામ  
‘શર્મા’ અર્થાત્ ધર્મચોદા પડા. જર્મની મેં બ્રાહ્મણો કી એક મંડલી ગયી  
થી. ઉસીકી ‘શર્મા’ ઉપાધિ કે અનુસાર જર્મની કા યહ નામ પ્રસિદ્ધ  
હુઆ ઉચ્ચારણ કી શિથિલતા સે ‘શ’ કા ‘જ’ હો ગયા દોનો અક્ષર  
તાલુ સે હી બોલે જતે હૈ. જર્મનો કે ઇતિહાસ મેં લિખા હૈ કિ, વે  
‘મૈન’ અર્થાત્ મનુ કી સત્તાન હૈ. ભોર કો ઉઠકર હાથ-મુઠ ધોના ભા-  
રતીય આચાર હૈ. જર્મની મેં યહ પ્રથા હૈ પહેલે વહા શિખા કી તરહ  
કેશ બાધતે થે રોમ-ઇતિહાસલેખક ટાસીટસ ને અપને ઇતિહાસ મેં  
જર્મનો કે શિખાબધન કી ચર્ચા કી હૈ. બહુતો કી ધારણા હૈ જર્મન અપને  
પૂર્વજો કે ભારતીય સંસ્કાર કે કારણ હી સંસ્કૃત ભાષા કે પ્રેમી હોતે હૈ.

## ૭૪—જરા નેપોલિયન તરફ પણ જોશો ?

( “મહાન નેપોલિયન” માથી )

“નેપોલિયન મુસાફરી દરમિયાન પોતાની સાથે ગાડું ભરાય તે-  
ટલા પુસ્તકો રાખતો અને બે-પાંચ મિનિટનો અવકાશ મળતા પણ  
કાંઈક વાંચી લેતો.”

“સાહિત્ય, વિજ્ઞાન કે ધર્મ-કેશ્વ પણ વિષયને લગતા જે જે

નવા પુસ્તકો દેશમાં પ્રકટ થતા તેની નકલ તે અવશ્ય ખરીદતો. તેના પર (મુસાફરીદરમિયાન ઘોડાગાડીમાં) આખ ફેરવી જતો; અને જે પુસ્તક તેને નિરુપયોગી જેવું લાગતું તેને તે ચાલતી ગાડીએ બારીમાંથી ફેંકી દેતો; અને આ રીતે કાગળોની કાપલીઓ તથા માર્ગમાં વેરાતા પુસ્તકો ઉપરથી તે ક્યે રસ્તેથી ગયો હશે તે જણાઈ આવતું હતું.”

## ૭૫—શૂરવીર પતિને મહાસતીની ભેટ

( “ગાડીવ” તા ૧૪-૩-૨૬નું મુખપૃષ્ઠ )

માત્ર ગઈ કાલેજ તેમના લગ્ન થયેલા. હાથના મીંઢળ તો જાણે હજી છૂટયાજ ન હતા, પીડીની પીળાશ જાણે હજી શરીરપર આછી આછી છવાઈ રહી હતી, સા તો ઉમળકાલયાં એ પતિદેવને-મેવાડના શૂરા સરદાર ચંદાવત રત્નસિંહને યુદ્ધના કહેણુ આવ્યા.

શરીરે યુદ્ધના વાધા સજી, ભેઠપર તલવાર લટકાવી કંઈક ઉદાસ-ચિત્તે ગઈ કાલેજ પરણી આણેલી નવજ્નેષના નવોઢાની રજા લેવા સરદારે રણવાસમાં પ્રવેશ કર્યો.

યુદ્ધના વાધા જોઈ આખના પલકારામાં ચંદ્રમુખી બધું સમજી ગઈ. ક્ષત્રિયની કુંવરીને યુદ્ધની શી નવાઈ ? પણ એક મહાઆશ્ચર્યે ચંદ્રમુખીના હૃદયમાં તુમુલ યુદ્ધ જગાવ્યું—ચંદાવતજીને યુદ્ધે જતા વદનપર આ શી ઉદાસીનતા ? મરણીઆ ક્ષત્રિયને રણે ચઢતા ક્ષોભ કેવો ?

રૂપેરી ઘટડી રણુકે તેમ ચંદ્રમુખીએ નાથને સાદ કર્યો—“સ્વામીન ! સ્વામીને ન ચિતવી શકાય એવું આ એક જગતનું મહાઆશ્ચર્ય આજે ભાળુ છું. ચંદાવતોનો સરદાર રણે ચઢે તે વેળા તેને હૈયે ક્ષોભ હોય ? તેનો આત્મા આમ નિસાસા નાખે ? અસંભવ ! અસંભવ ! ” એ મહા આશ્ચર્યોનું આશ્ચર્ય, નાથ ! સમજાવશે ?”

ચંદાવતના મુખપરની રેખાઓ સહેજ ઘેરી ખની “રાણીજી ! એમાં શું આશ્ચર્ય ? હજી હમણા મી ટળેય નથી છૂટ્યા. હજી આપણી પીડી પણ નથી ઉતરી ! ત્યા આવો પ્રસંગ ! રાણીજી ! યુદ્ધે જતા હું નથી કંપતો,

નથી કરતો, નથી ગભરાતો; પણ હું હથેળીમા મારૂં માથું લધને જઈ તે ટાણે, રાણીજી ! તમારી સંભાળ કાણુ લેશે ?”

‘સંભાળ ?’ તે વીરક્ષત્રાણિ તડકી: “રાજપૂતની કન્યાની સંભાળ કેવી ? મારી સંભાળ લેનાર હું સિ હણુ જેવી બેઠેલી છું. નાથ ! સુખેથી પધારો. જે અનાથ બાળાએ પોતાનો ઉદ્ધાર કરવા કાળે રાણીજીને સદેશ પાઠવ્યા છે, તેની સહાયમાટે આપ ભલે પધારો. યશના આવા પ્રસંગ જાઝેરા હાથ નથી આવતા. પધારો અને મેવાડની તથા ચંદાવતની કીર્તિને તેજવંતી કરો !”

“તેજવંતીજ રહેશે, રાણીજી ! સહુખરાના તે સરદારોની અક્ષય કીર્તિ ! એકજ શબ્દ ઉચ્ચારું છું. મારા પ્રયાણકાળે મારી એકજ સૂચના છે. રાણીજી ! ચંદાવતોના આ પરમ કીર્તિશાળા કુળની પ્રતિભામયી કીર્તિને આજ લાગે એવું કશુંય આચરણ ન બને.”

“એ શું ? નાથ ! હાડાની કન્યા પોતાનો સ્વધર્મ નથી સમજતી ? તમે પૂર્ણ શાંતિથી યુદ્ધે સિધાવો.”

પતીપત્નીએ-ગઈ કાલેજ પરણેલા એ નરનારે એકબીજાની વિદાય લીધી. જાણે છેલ્લીજ વાર ન હોય તેમ બને એકબીજાને ભેટયાં ને હૃદયદાન દીધા-લીધાં; ને છેલ્લુ ચુંબન દેતી વેળા રત્નસિંહ બોલ્યો- ‘જઈ’ છું, હાડીજી ! મેં કહી તે વાત ધ્યાનમા રાખજો. તમારૂં સ્વત્વ.....!

સરદાર ગયા

આખા શહેરમા દુંદુભિનાદ થઈ રહ્યો. રાણા રાજસિંહ એક અનાથ બાળાની વહારે જતા હતા. સારૂ શહેર ગાજી રહ્યું, નિશાનડકા વાગ્યા અને સવારી ચાલી. નગરના નારીજનો અરૂખામાથી, અગાશીમાથી, બારીમાથી એ વિજયયાત્રા નિહાળી રહ્યા. હાડી ચંદ્રમુખી પોતાના અરૂખામાથી, એ સારૂ દશ્ય જોઈ રહી.

સવારી સહેજ દૂર ભાગ્યેજ ગઈ હશે. હાડીરાણી અરૂખામાંજ ઉભી ઉભીએ દશ્ય જોઈ રહી હતી. એવામા પાછળ સાદ સંભળાયો:- ‘રાણીજી !’ રાણી પાછું ફરી જુએ છે તો પતિનો રાવત ઉભો હતો.

‘કેમ રાવત ?’ અરુખામાથી દિવાનખાનામા આવી પ્રશ્નસૂચક આંખોએ ચંદ્રમુખીએ પૂછ્યું.

‘પ્રણામ, રાણીજી’ સરદાર ગયા. જતા જતા એક વાત આપને સંભારવાનું મને કહેતા ગયા છે. રાણીજી! ચઢાવતોના કુળની કીર્તિને કથુબે કલંક ન આવે, એ ધ્યાનમા રાખજો એટલા શબ્દો રત્નસિંહ-જીએ કહાવ્યા છે.’ રાવતે સંદેશો સુણાવ્યો.

હાય ! સરદારને આ શી લગની ! હાડી રાણીને રોમે રોમે સતીત્વ વ્યાપી ગયું-‘રાવત ! તારા સરદારને એક વસમી ચિંતા લાગી છે. હાડી રાણી પોતાની ગેરહાજરીમા શીલ કદાચ ન સાચવે એવી એ-મને ભ્રમણા લાગી છે, પણ હાડીના રુધિરનું એક એક ણિંદુ ક્યાં તત્ત્વોમાંથી ધડાયું છે, તેની સરદારને ખબર નથી’ ખીટીએ લટકતી તલવાર હાડીએ ઉપાડી અને બોલી : “રાવત ! લ્યો, તમારા સરદારને કાળે થુદ્ધે જતી વખતની એક સરસ ભેટ તમને આપુ છું, તે તમને આપવા લઇ જજો. આ ભેટમા એમની સર્વ ભ્રમણાઓનો સંપૂર્ણ જવાબ છે. લ્યો, આ ભેટ સરદારને દઇ દેજો.”

રાવત ‘હા હા’ કરતો આગળ ધસે તે પૂર્વે પેલી તલવાર હાડીના ગળાની આસપાસ ફરી વળી. સતીના શરીરમાંથી જાણે તેજની એક જ્વાળા પ્રગટી નીકળી. જૂદા પડેલા મસ્તકને એ ધડવિહોણા હાથે જાલી રાવતના હાથમા આપ્યું અને પોતાનું છેલ્લું કર્તવ્ય બજાવીને એ ધડ ધબ દબને ભૂમિપર પડ્યું.

x x x x x

પોતાના હૃદયની એકજ નિર્બળતા કાળે ચઢાવત સરદારે પોશ પોશ આસુ સાર્યા ; ને હાડીરાણીના એ મસ્તકને હૃદયદેશે સ્થાપવા તેમણે ચોટલા-વડે તેને ગળામા ધારણ કર્યું. તે દિવસથી સ્વર્ગમા આતુર નયને વાટ જોઇ રહેલી એ વીરાગનાને ભેટવા તેનો પ્રાણ અખી રહ્યો ; ને-ને આત્મ-બલિદાનનો દૃઢ નિશ્ચય કરી યુદ્ધમા તેમણે પોતાની આર્દ્રતિ આપી.



## ૭૬—એક કેળવણીકારનો અભિલાષ

(“નવયુગ” તા. ૨૦-૨-૨૫)

એક વર્ષ શિક્ષકનો ધંધો કર્યો. કેળવણીમાં કંઈક જાણવાનો દાવો પણ કર્યો. પ્રાથમિક શિક્ષણનો ગુ અવાડાભરેલા સવાલો ચર્ચા, માધ્યમિક શિક્ષકના સિદ્ધાંતો નક્કી કરવામાટે બહુ બહુ અખતરા કર્યા, કંઈએ તત્ત્વનિર્ણયો કર્યા અને કંઈએ પ્રયોગો પણ કર્યા. બધી મહેનતને પરિણામે એકજ સત્ય લાધ્યું છે.

આપણા દેશની દશા પલટાવવામાટે દરેક શિક્ષકે, દરેક શિક્ષણ-શાસ્ત્રીએ, દરેક કેળવણીકારે આપણા લોકસમૂહસુધી પહોંચી વળવું જોઈશે. ગમે તેટલી સંજ્યામાં અને ગમે તેટલી શાસ્ત્રીયતાવાળી નિશાળો ચલાવો; પરંતુ સમાજના કેટલા અંશને સ્પર્શી શકાશે? અને આપણી ખૂમો ક્યાસુધી પહોંચે છે? લોકના ઝુપડામાં તે સંલગ્નાઈ છે? કેળવણી મારફત દેશનો ઉદ્ધાર ઇચ્છનારા આપણે કેળવણીને ક્યાસુધી પહોંચાડી છે, તેનો ખ્યાલ આપણને નથી આપણે તો સમાજના ઉપલા પડનેજ માત્ર સ્પર્શી શક્યા છીએ, લીતરમાં તો હજી એટલું બધું ભયુ છે કે ત્યાં પહોંચી તેને નજરે નિહાળીએ ત્યારેજ ખરી ખબર પડે.

શિક્ષકે સ્થાવર-જગમ બન્ને પ્રકારની નિશાળો ચલાવવી પડશે. ગામને ગોદરે તેની નિશાળ હોય તો પાણીને શેરડે પણ તેની નિશાળ હોય; ઢેડની શાળ પાસે તેની નિશાળ હોય તો ગામના દેવમંદિરે પણ તેની નિશાળ હોય; કણુખીની ગમાણમાં તેની નિશાળ ચાલે તો સાથે સાથે લુહારની કોઢે પણ હોયજ, ભગી-ચમારના ફળીઆમાં તે નિશાળ દેખાય અને બ્રાહ્મણના યજ્ઞકુંડ પાસે પણ નજરે આવે આમ હોવા છતાં પણ ગામને ચોરે ગામના છોકરાછોકરીઓને ભેગા કરીને તે અક્ષર-જ્ઞાન પણ આપતોજ હોય.

શિક્ષક એટલે ગામડાનો સેવક, શિક્ષક એટલે ગામડાનું મુ-

ધરાધ ખાતું, શિક્ષક એટલે ગામડાની કોર્ટ, શિક્ષક એટલે સ-  
માજસુધારક, શિક્ષક એટલે દેવમંદિરનો પૂજારી અને ધર્મગુરુ,  
શિક્ષક એટલે ભંગીનો ભાઈ અને ખેડૂતનો મિત્ર ! શિક્ષકની  
આ ભાવના આપણામા જગશે ત્યારે જ કેળવણીદ્વારા સ્વરાજ્ય લેવાનાં  
આપણા સ્વપ્ના સાચા પડશે પ્રભુ ! સર્વ શિક્ષકોમા, સર્વ શિક્ષણ-  
શાસ્ત્રીઓમા, સર્વ કેળવણીકારોમા આ ભાવનાનો ઉદય કરો.

## ૭૭-જીવતા-જગતા જોગીઓ

( “સૌરાષ્ટ્ર,” તા. ૨૦-૨-૨૬ )

સ્વામી સર્વદાનંદજી

આ ઉત્સવની વિશિષ્ટતા એના સાધુસમુદાયમા હતી. કોઈ વેદવ્યાસ  
જેવા લાગતા, કોઈ જ્ઞાનના કુખેર ભડારી જેવા દીસતા. જેને વ-  
ચને વચને અમી ઝરતુ, જેના વાક્યે વાક્યે શાસ્ત્રો સમજતા એવા  
સ્વામી શ્રી સર્વદાનંદજીના વ્યાખ્યાન જેમણે જેમણે સાંભળ્યા, તે ખ-  
ધાય, સારો દિવસ સૂર્યની ગરમીથી તપી ગયેલ ભૂમિને ચંદ્રિકાની  
શાંતિ મળે અને ખુશ ખુશ થાય તેમ, સર્વદાનંદજીની વાગ્ધારાથી તૃપ્ત  
થતા હતા; અને એ કોઈ રાજસન્યાસી નહોતા. એ પુરુષને વસવાને  
ટંકારાની મહેલાત મળી હતી, પણ એ તો ત્યાગનો પૂજારી ! એ કહે  
કે, મારે તો આ મહેલાત ન ખપે, અમે સન્યાસીને તો “શૈયા  
ભૂમિતલ.” ટંકારાની મહેલાત છોડી આર્યનગરના તથુમા એ અને  
એમની જમાત વસવા ચાલી. તથુમા આવી એ આજ્ઞા કરે છે કે-  
‘લેયા પદર પાવડા લાવો.’ ‘સ્વામીજી આપ એને શું કરશો ?’ ‘ત્યારે  
શું અમે અહીં મદતતુ ખીચકું ખાવા આવ્યા છીએ ? મડપમા પા-  
ણીનો તોટો છે, પણ ધરતી માતાના અમી કાઈ તૃટયા છે ? અમે બધા  
સન્યાસીઓ નદીમાં વીરડા ગાળીશું અને ખાધેલું હક્ક કરીશું.’ નદીમા  
ખે-ચાર વીરડા ગાળ્યા પછીજ એ સ્વામીએ નિરાત કરી.

સર્વદાનંદજીના જ્ઞાનની સીમા નથી. એમની વાણીની મીઠાસનો જેમ

પાર નથી, તેમ એમની સાદાઈ પણ અપરંપાર છે. એમને ગુરુપદ નથી જોઈતું. એમને રાજમાન્ય-લોકમાન્ય નથી થવું; એ તો જ્ઞાનની પરખ માંડીને ખેઠા છે! કોઈ ખી આવો, કોઈ તૃષાતુર આવો, એ પરખના પાણી રાજ અને રૈયત સૌ કોઈને માટે એકસરખા દુઃખહારી છે.

### સ્વામી શ્રદ્ધાનંદજી

આર્યસમાજ સાધુ વળી રામાયણની કથા કરતા હશે? જગત પણ કેવું બ્રમમા ભમનારું છે? આર્યસમાજ હોય એ તો રામાયણ અને મહાભારતનો ભક્ત હોય. આર્યસમાજ એ આપણી આર્યતાને વિકસાવવા-ખીલવવા જન્મ્યો છે અને રામાયણમા-રામમા, સીતામા, લક્ષ્મણમા અને ભરતમા-જે આર્યતા છે એવી કથા ગ્રંથમા કે કથા જીવનમા છે? સંન્યાસી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે રામાયણના અભ્યાસી, પૂજારી અને કથાકાર. સંસારમા અને સસારોદ્ધારની પ્રવૃત્તિમા શ્રદ્ધાનંદજીને આજે જે વેશ પહેરવો પડ્યો છે, તે ઉપરથી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે રામાયણના અભ્યાસી એ વાત લોકને નવાઈભરી લાગતી હતી; પણ જ્યારે એમણે રામાયણનું રહસ્ય સમજાવ્યું, ત્યારે આખા સમુદાયમાં એટલી શાંતિ અને તૃપ્તિ હતી, કે શ્રોતાઓને એમજ થઈ ગયું કે, ટંકારામા આપણું આવડું સફળ ઉતર્યું.

બાકી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે તો નગ્ન સત્ય! એમની કડકાઈ એમના સદા ખીડેલા હોઠ અને લાગ્યેજ રિમત કરતું મુખ કહી દે છે. જગત એ એક માયા છે. એ માયા ચાલ્યાજ કરવાની છે. એની આપશ્યુને શી ચિંતા છે? આપણે તો કોઈ પણ સ્થિતિમા આનંદમાજ રહેવું; એ પ્રકારની સદા હસતી મૂર્તિ સ્વામીજીની હતી. એ તો કોઈ જગતની વેદનાથી ત્રાસી ગયેલો, દુષ્ટોના નાશની લાખ હીકમતો ગોઠવતો, મજબૂત ડગ ભરતો કોઈ પહાડ ચાલ્યો આવે, તેમ ટટ્ટાર ચાલ્યો આવતો પુરુષવર છે. કેટલાક બોલે છે ત્યારે બોલતા નથી લાગતા, રડતા લાગે છે! કેટલાક બોલતા નથી પણ હસતા લાગે છે! અંદરની આગને કોઈપણ ઉપાયે દાખી રાખતા બોલતા હોય અને જ્યારે બોલી નાખે, ત્યારે આગ વર્ષાવતા હોય એવા શ્રદ્ધાનંદજી લાગે છે.

‘સ્વામીજી’ એ શબ્દો ઉપદેશના સંભળાવે તો ઠીક” સલામાના કેટલાક ક્ષત્રિયોએ ઈચ્છા બતાવી.

“હા, હું સાંભળુ તો છું કે, કાઠિયાવાડમાં ક્ષત્રિયો ધણા છે; પણ હું તો કયાય ક્ષત્રિય જોતો નથી. ક્ષત્રિયોને મારે શું સંભળાવવું? આ તમારી આસપાસ તો બધી વાણીઆવટ હું જોઈ રહ્યો છું. ક્ષત્રી-વટ છે ક્યા?” આપણા કાઠિયાવાડના માધાતાઓને પહેલે અપાટે સાફ સાફ કહી દેવાની-સલામ-નમુખ આમ બોલવાની હિંમત સંન્યાસીજ કરી શકે અને તે પણ સ્વામી શ્રદ્ધાનદજી કરી શકે. એ પુરુષના આ ભૂમિમા પગલા, એ કાઠિયાવાડનું ભાગ્ય હતું દુખની વાત એટલીજ બની કે, પોતાનો પ્રવાસ અત્રે લખાવી શક્યા નહિ એમ થયું હોત તો અવશ્ય એમના દર્શન અને ઉપદેશનો લાભ લઈ સૌરાષ્ટ્રે કૃતાર્થ થાત.

### ધન્ય યુવક ડૉક્ટર આનંદપ્રિયજી

ટંકારાના મહોત્સવમાં એક પુરુષ એવો હતો, કે જેના ચહેરા ઉપર નિર્દોષતા અને આનંદના ખસ પુવારા ઉડતા છતાયે, એની સાથે વાત કરે અગર એનું વ્યાખ્યાન સાંભળે તો જાણે કે એના અંતરમાં કોઈ કારમી વેદનાની આગ બળી રહી હતી; એનું સ્થૂલ બદનકુ-નાનકુ હતું, પણ એની અદર કોઈ પહાડી આત્મા વસી રહ્યા હોય એવું ભાન એ કથની સાંભળી થયા વિના રહે નહિ. ઉમરમાં એક જુવાનીઓ માત્ર હતો, પણ ભલભલા પ્રૌઢ મરદોને શોભાવે એવું સુદર કાર્ય એણે એના ખાતેજમા કરાવ્યું છે. એ પુરુષ તે વડોદરાના પ્રખ્યાત તત્ત્વચિંતક અલ-જોદારક માસ્ટર આત્મારામજીના ચિરજીવી ડૉક્ટર આનંદપ્રિયજી. એમણે શુદ્ધિસંબંધમાં જે વ્યાખ્યાન સલામંડપમાં આપ્યું, તે સાંભળીને નામદર્શિ પણ પાનો ચહે-અંધશ્રદ્ધાળુને પણ આખો આવે એવું તેજસ્વી દષ્ટીકતવાળું કમકમાટી ઉત્પન્ન કરાવે તેવું હતું. મલબારના બે લાખ અસ્પૃશ્યોની તેણે વાત કરી. મલબારના અસ્પૃશ્યો કોઈ ટેડલંગીઓ નથી. તેમાંથી તો હાઈકોર્ટના જડજો, વકીલો અને સ્કૂલમાસ્ટરોના થોડેથોડ નીકળ્યા

છે-અગ્રેજી ભાષાના પડિતો પાક્યા છે. બ્રાહ્મણ ચાલતો હોય તેનાથી ચાળીસ પુટના અતરમા આ લોકો આવી ન શકે, એવી રીતે ત્યાં છે સ્પર્શ કરવાની તો વાતજ શી ? પણ હિંદુ-આ કેળવાયેલો હિંદુ તેમની નજદીક આવી ન શકે, તેમના ઉપરના આ જુલમે એમને એટલા રોષમા લાવી મૂક્યા કે કા તો તે બધા આજે મુસલમાન હોત અને કા તો તેઓ ખ્રિસ્તી હોત. આનંદપ્રિયજી ત્યાં બે માસ રખડી આવ્યા. આપણા બ્રાહ્મણોને પગે પડ્યા, તેમની પાસે રડી પડ્યા, હિંદુધર્મની વહારે આવવા આજીજીઓ કરી અને છેલ્લે એ અસ્પૃશ્યોને આર્યસમાજમા લેવાની પદ્ધતિ જે સ્વામીશ્રી શ્રદ્ધાનંદજીએ નક્કી કરી તેનો પ્રચાર કરી, તે બે લાખ મનુષ્યોને હિંદુધર્મનો લાગ કરતા છોડાવ્યા. એ બધું કામ એ પચીસ વર્ષના જુવાનના હિસાબે છે એ જુવાનને આપણા સૌના વદન હો !

## ૭૮-સૌરાષ્ટ્રનો સપૂત

(“રાષ્ટ્રશક્તિ” કરાચી તા. ૧-૯-૨૫)

આદર્શ સુધારક મહર્ષિ દયાનંદ સરસ્વતીના પુનિત નામથી સૌરાષ્ટ્રનો શિક્ષિતવર્ગ ભાગ્યેજ અપરિચિત હોય. પરદેશી કેળવણીના પ્રચારથી ગુલામીમા જકડાયેલી અશક્ત પ્રજાને સશક્ત બનાવવા તથા સ્વતંત્રતાના મંત્રો પહોંચાવવા, પ્રાચીન શિક્ષણપ્રણાલીને પોષતી ગુરુકુલાદિ રાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓના પુનરુદ્ધારક એ પરમ યોગીથી ભાગ્યેજ કોઈ અજ્ઞાત હોય. અનેક ધર્મશાસ્ત્રોના મથન કરી, સત્યાસત્યને તારવી સનાતન વૈદિક ધર્મ તથા ઈશ્વરના શુદ્ધ સ્વરૂપને સમજાવનારા એ ધર્મતત્ત્વવેત્તાથી કયો હતભાગ્ય અન્નણ્યો હશે ? ચૌદ વર્ષની કુમળી વયે મૃત્યુની અસહ્ય વેદનાઓ નિહાળી, અમરત્વને પ્રાપ્ત કરવા, સાચા શકરની શોધમા ગૃહત્યાગ કરી વનવાસ વેઠનાર એ બાલયોગી મૂળશંકરનું નામ સ્મરણ થતા કોને રોમાચ નહિ થતા હોય ? બ્રહ્મચર્યની સાક્ષાત્ મૂર્તિસમા એ તપસ્વીના દિવ્ય તેજથી ક્યા અભિમાનીને

માન મૂકી, તેના ચરણનું શરણ નહિ શોધવું પડ્યું હોય ? ધર્મના મર્મને જાણનાર એ ધર્મધુરધરના ઉપદેશામૃતથી ક્યા આર્થનું હૃદય નિસદેહ બની ઈશ્વરપરાયણ નહિ થયું હોય ? કર્મયોગી કૃષ્ણ અને મર્યાદાપુરુષોત્તમ શ્રીરામના પુનિત ચરિત્રના ઉજ્જવલ આદર્શોનું સત્ય સ્વરૂપ સમજાવનાર એ સત્યમૂર્તિના ઉપદેશપર કેાણ મુગ્ધ નહિ થયું હોય ? આર્તનાદ કરતી ગૌમાતાના બલિદાનથી અપવિત્ર બનેલી ભારતની પુણ્યભૂમિને પુનઃ દેવભૂમિ બનાવવા ‘ગોકરુણાનિધિ’ રચનાર એ કરુણાનિધિના પુણ્યકાર્યથી કેાનું હૃદય પ્રસન્ન નહિ થયું હોય ? ક્યા અને આનંદના સાગરસમા દિવ્ય ગુણયુક્ત એ દેવ દયાનંદના દર્શન-માત્રથી પરાજિત થઇ, ક્યા દુશ્મને તે ચરણરજને સ્વમસ્તકે નહિ ચઢાવી હોય ? સ્વરાજ્યપ્રાપ્તિના સર્વમાન્ય સિદ્ધાંતોના પ્રથમ પ્રચારક એ આઘ રાષ્ટ્રનિર્માતાને કયો રાજયોગી (લીડર) પોતાના રાષ્ટ્રગુરુ કહી નહિ પુકારતો હોય ? લોકહિતને સત્યોપદેશ કરતા તેમના તરફથી પ્રસાદ-રૂપ મળેલા ઈટ અને પથ્થરાદિના પ્રહારો તથા વિપત્તિ વિપમ વેદનારૂપી પુષ્પમાળાને હસતે મુખે દેહપર ધારણ કરનાર એ આદર્શ સહિષ્ણુનું કેાણ ઉદાહરણ નહિ લે ? એવા એવા અનેક દિવ્ય ગુણોથી વિભૂષિત એ અદ્વિ-તીય યોગીના પ્રાતઃસ્મરણીય નામથી કયો અજ્ઞ અનાત હશે ? ટકારા-(સૌરાષ્ટ્ર)મા જન્મ લઇ વેદટકાર કરવાને સરજાયેલા એ તપસ્વીનું નામ સાબળી ક્યા સૌરાષ્ટ્રવાસીનું મસ્તક ગર્વથી ઉન્નત નહિ થતું હોય ? છાતી વેત વેત નહિ ફૂલતી હોય ? આખો હર્ષાશ્રુથી નહિ ઉભરાતી હોય ?

સૌરાષ્ટ્રવાસીઓ ! આજે ધર્મવેદીપર પોતાના આત્માનું બલિદાન દેનાર એ આપણી માતાના પનોતા પુત્રને આ અવનીપર અવતર્યાને સો વર્ષ પૂરાં થાય છે. સૌરાષ્ટ્રનો એ વીરપુત્ર સ્વદેશબંધુઓનાજ હાથથી વિષપાન કરી સ્વર્ગે સીધાબ્યો છે વીરપૂજનમા અપૂર્વ આનંદ માનતી સૌરાષ્ટ્રની પ્રજા શુ એ પોતાના ધર્મવીરની પૂજા નહિ કરે ? તેના આત્મામા આરાધન નહિ આદરે ? અને મોરાષ્ટ્રના એા બ્રહ્મદેવો ! તમે ? ઉચ્ચ ઔદીચ્ય કુળમા અવતરી સમસ્ત બ્રાહ્મણકુળને દીપાવ-

નાર એ તમારા બ્રહ્મબંધુનું શ્રાદ્ધ શુ નહિ કરો? તેના આત્માનાં તર્પણ નહિ આરંભો? પોતાના દેશબધુ તરફ દુર્લક્ષ રાખી શું સૌરાષ્ટ્ર ધર્મબ્રષ્ટ (અનડચુટીપુલ) થવાનું પાતક શિરપર વહેારશે? સૌરાષ્ટ્ર-વાસીઓ! સુખનિદ્રામા ક્યાસુધી સૂતા રહેશો?

## ૭૯-કેટલીક ઘરાણુ બાબતોનું જ્ઞાન

(‘ચાંદ’ નવેમ્બર ૧૯૨૫ ઉપરથી અતુવાદ)

માખો નસાડવાનો ઉપાય:-ચ્છાના સૂકા પાનને બળતા અંગારા ઉપર બાળવાથી માખો જતી રહે છે.

ખાસડાંનો ડંખ:-જોડો કોઈ કારણથી ડંખે તો એક વાસણમા એરંડિયું રાખીને તેમા મૂકવો. એરંડિયું ચૂસી લીધા પછી તે ઠીક થઈ જશે.

લીંબુનો રસ:-લીંબુને ચીરતા પહેલા થોડી વાર ગરમ પાણીમાં મૂકી રાખવાથી તેમાથી વધારે રસ નીકળશે

માકણનો અને ઠંડકનો ઉપાય:-ગાદીતકીઆ ભરતી વખતે રૂમા થોડું કપૂર ભેળવવાથી ગરમીના દિવસોમા તે ઠંડા રહેશે અને તેમા માકણ પણ થશે નહિ.

મીઠું ઉઘાડું ન રાખવું:-મીઠાને હમેશાં ઢાકીનેજ રાખવું જોઈએ, મીઠા ઉપર ઘરોળી ખેસવાથી તે મીઠું ખાનારને કાઢ થાય છે.

શાહીના ડાઘ:-લુગડાપર શાહીથી પડેલા ડાઘ તાજા હોય તો તેના ઉપર બારીક વાટેલું મીઠું ભભરાવીને લીંબુની ફાડ ધસવાથી તે સહેલાઈથી જતા રહે છે.

કાચનું વાસણ ફાટે નહિ તે માટે:-કાચના વાસણમા ગરમ ચીજ રાખવી હોય તો તેની નીચે પાણીમા ભીજવેલું કપડું મૂકવું જોઈએ. આથી કાચનું વાસણ ફાટી જતું નથી.

ચાકની ભૂકીવડે થતી સફાઈ:-હારમોનિયમ કે પિયાનાના પરદા સાફ કરવા હોય તો તે પર ફ્રેચ ચાકની ઝીણી ભૂકી ધસવી.

ધાતુના વાસણની સફાઈ:-શાણી સ્ત્રીઓ નીચેવેલાં લીંબુની

છાલ ફેંકી દેતી નથી, પરંતુ તે છાલને મીઠા સાથે વાટીને તેનાથી તાબાપિત્તળની વસ્તુઓ સાફ કરે છે.

**લીંબુથી જોડાની સફાઈ:**—પૂના લેધરના જોડાપર પણુ લીંબુ-  
(નીચોવેલા)ની છાલ ઘસીને લુગડાવતી સાફ કરીએ તો જોડા સાફ  
(પોલીશ) થઈ જાય છે.

**શાકભાજીની લહેજત:**—શાકભાજી ચઢતી વખતેજ એક ચમચો  
ખાંડ નાખી દઈએ તો તેમા અપૂર્વ લહેજત આવે છે.

**મધની પરીક્ષા:**—પાણીમા મધનું ટીપું નાખીએ અને ફેલાઈ ન  
જાય અને એમનું એમજ રહે તો જાણવું કે તે સાચુ છે, નહિ તો  
ખનાવટી જાણવું.

**સોનીના દગાની પરીક્ષા:**—સોનાનાં ઘરેણાપર નાઝદિક એસીડ-  
ના બે ટીપાં નાખતાવેંતજ જો ઘોળો ડાઘ પડી જાય તો જાણવું કે  
સોનીએ પોતાની કારીગરી અજમાવી છે—અર્થાત્ સોનામા ભેળ સમજવો.

**અત્તરની પરીક્ષા:**—કાગળપર અત્તરના બે ટીપા નાખી તેને જરા  
અગ્નિપર શેકવો; જો ડાઘ ઉડી જાય તો જાણવું કે અત્તર ખરૂ છે  
અને જો ડાઘ રહે તો જાણવું કે અત્તર ખનાવટી છે.

**હીંગની પરખ:**—હીંગ અગ્નિમા નાખતાવેંતજ લલકી ઉઠે તો  
જાણવું કે સાચી છે; પણુ જરા વાર પછી ધૂમાડો નીકળે તો જાણવું  
કે ખનાવટી છે.

**કેસરની પરખ:**—સત્કયુરિક એસીડમા કેસર નાખતાજ તેનો રંગ  
કાળો થઈને લાલ થઈ જાય તો જાણવું કે સાચું છે; પણુ જો લીલો  
થાય તો ખનાવટી સમજવું.

**ટાંક અને સોય માટે:**—હોલ્ડરની ટાંક અને સોય બરાબર કામ ન આવે  
તો તેને દીવાસળી સળગાવી જરા આગ આપવી એટલે તુરત કામ આપશે.

**શાહીના ડાઘ:**—શાહીના ડાઘ ઉપર રાધેલા ચોખા ઘસવાથી તે  
સહેલાઈથી જતા રહે છે.

**માકણ નસાડવાનો ઉપાય:**—ખાટલાના ચારે પાંચે કપૂરની પોટલી



કે ટસુના ફૂલ વા અજમે બાધવાથી માકણ પલાયન કરી જાય છે.

ઉંદર નસાડવાનો ઉપાય:-ટર્પેન્ટાઈન તેલમા ઘુસતે ભીંજવી ઉંદરના દર પાસે મૂકીએ તો ઉંદરમામા પલાયન કરી જાય છે.

કાંચની સફાઈ:-ચાર શેર ઉના પાણીમા એક મોટા ચમચો ધાસ્તેલ નાખી ખરાખર મેળવીને તે પાણીથી ખારી-ખારણા તથા શીશા-શીશીઓ ધોવાથી તે ખરાખર સાફ અને તેજદાર થાય છે.

## ૮૦-કેટલીક ઘરઘતુ દવાઓ

(જન્યુઆરી, ૧૯૨૫ના “લાગ્યોદય”મા લેખક-કે. સી. મહેતા..)

કોઈ પણ પ્રકારના તાવ ઉપર:-સાત પાદડા તુલસી, અને સાત કાળા મરી સવારે પાણીમા વાટીને પીવાથી અવશ્ય તાવ ઉતરી જશે.

ચોથીઓ તાવ:-ખાવળના પાદડા સુધવાથી ચોથે દિવસે આવનારો તાવ ઉતરી જશે.

પ્લેગથી અચાવવાવાળી ગોળીઓ:-લીમડાનાં પાદડા ૨ તોલા, સુંદ, મરી, પીંપર, સિંધાલુણ, સચળ, જીરૂ અને કાળુ જીરૂ, આ દરેક એકેક તોલો અને હીંગ છ માસા, આ સર્વને ખાડીને ચાળી લીંબુના રસમા ખરલ કરીને ચણીખોરની ખરાખર ગોળીઓ બનાવી રાખવી. આમાથી રોજ ત્રણ ગોળીઓ સવાર, બપોરે અને સાંજે સેવન કરવાથી પ્લેગથી રક્ષા થાય છે.

દાંત કઢાવવા બાદ જે દર્દ થાય તો મીઠું પાણીમા ઝોગાળીને કોગળા કરાવવાથી દર્દ બંધ થશે.

ખાળકના દસ્ત(ઝાડા) બંધ કરવા.-જરાક જેટલા ડુંગળીના રસમા ખાજરીની ખરાખર અરીણુ ઘોળીને આપવાથી બંધ થશે.

ખાળકના ટાઢીઆ તાવપર:-કાળી તુલસીના ચાર પાદડા, ખાવળના ચાર પાદડા અને અજમે એક માસો, આ બધાને પાણીમા ઉકાળીને ઠંડુ કરી જવરના ચઢવા પહેલા પાવાથી ખાળકોનો તાવ ઉતરી જાય છે.

**જીલાખ લેવો:**—૩ થી ૧૦ વર્ષના બાળકમાટે એક તોલો એપ્સમ સોલ્ટ (વિલાયતી મીઠું) પાણીમા પાવું. દશથી પચ્ચીસ વર્ષના નવ-યુવકો માટે દોઢ થા બે તોલા અને પચ્ચીસથી ૧૦૦ વર્ષના પુરુષોમાટે અઢી તોલા લેવું.

**પાચનશક્તિ વધે:**—જમ્યા પહેલા સિંધાલુણ અને આદુ ખાવાથી પાચનશક્તિ વધે છે, ખાવાની રુચિ વધે છે; કંદ, જીલ અને મુખની શુદ્ધિ થાય છે.

**પાચક ચૂર્ણ:**—સુંક બે તોલા, વરિયાળા બે તોલા, કાળાં મરી બે તોલા, પીપર એક તોલો, સાંભરલુણ બે તોલા, સંચળ બે તોલા, સૂકો કુદીનો બે તોલા, તજ બે તોલા, ટંકણખાર (કુલાવેલો) બે તોલા અને નવસાગર બે તોલા, આ બધાને વાટી, ચાળાને ચૂર્ણ કરી પછી તેમા ૧ માસો પીપરમીટનું સત્ત્વ મેળવીને શીશીમાં ભરી ધ્રુવ લગાવીને રહેવા દેવું. આની એક માસાની માત્રા ભોજનની બાદ બન્ને વખત સેવન કરવાથી અજીર્ણના નાશ થાય છે, ક્ષુધા વધે છે અને અન્નનું પાચન થઇને દરત સાફ આવે છે.

**ભૂખ ન લાગે તેનો ઉપાય:**—શેકેલી રાઈ, કુલાવેલી હીંગ, શેકેલી સુંક, શેકેલું જીરું અને સિંધાલુણ, અંદાજથી દહીંમાં નાખી ખૂબ હલાવવું અને પછી સેવન કરવું.

જો સરસવતું તેલ અને ખારીક સિંધાલુણ રોજ દાંતોપર ઘસવામા આવે તો દાંતના ઉપરના ભાગમાં કોઈ રોગ થતો નથી.

**દેવતાથી દાઝ્યાપર:**—કાચો ખટારો વાટીને મલમલના ટુકડાપર પાથરીને તેની પટ્ટી બાંધવાથી આરામ થાય છે. લીમડાની જાલ બાળાને તેની રાખ ધાવપર લગાડી દેવાથી પણ દાઝેલો ભાગ કીક થઈ જાય છે.

**કમ્મરનું દર્દ:**—ગુગળ બે ભાગ અને કાળાં મરી એક ભાગ વાટીને લગાડવાથી કમ્મરનું દર્દ સાફ થઈ જાય છે.

**ઉલટી:**—ચોખાના ધોવરામણમાં જરાક જાયફળ વાટીને પાવાથી ઉલટી બંધ થઈ જાય છે.

હડતાલનો ધૂમાડો આપવાથી વીંછી નથી રહેતા.

કાનખજુરો કાનમા ગયો હોય તો મીઠાનું પાણી કાનમા નાખવું.  
ખસ થઇ હોય તો આખજાનું ચૂર્ણ મધમા મેળવીને ખાવું.

ખીલ જો થવાનો હોય તો લવિંગ યા કાળુ મરી પાણીમા વાટી  
લગાડવાથી ખીલ જોર નહિ પકડે.

નખમાં વાગવાથી તે ઉતરી ગયો હોય તો ગરમ પાણીની ધાર  
છોડવાથી દરદ મટી જશે.

નસ્કેરી કુટી હોય તો માટીને પાણીમા નાખીને સુધવાથી બંધ થશે.

ઉંદરના ઝેરપર પાણીમા અશીણુ ધસીને લેપ કરવાથી આરામ થશે.

શરીરપર કોઈ ઠેકાણે માંકડી કુંકડી મૂતરી ગઈ હોય તો કેરીની  
ખટાઇ પાણીમા ધસીને ચોપડવાથી આરામ થઇ જાય છે.

વાઈ આવતી હોય તો અરીકું પાણીમા ધસીને બે-ચાર ટીપાં  
નાકમાં નાખવાથી છીક આવીને આરામ થાય છે.

માથામાં દર્દ થતું હોય તો ખદામ ધસીને લેપ કરવો.

( નીચલા ઉપચાર હિંદી ઉપરથી આપેલા છે.)

મરડાનો ( જાડા સાથે લોહી-પડ પડે છે તેનો ) ઉપાય:-

કડાછાલ તોલા ૪) અને સુઠ તોલો ૧) તેનું ખારીક ચૂર્ણ કરીને  
તેમાથી દિવસમા બે થી ત્રણ વાર પા પા તોલો છાશ સાથે ઉતારી  
જવું. છાશ ન મળે તો પાણી પણ ચાલશે. આનો ખીજો ઉપાય:-  
વરિયાળી તોલા ૧૦, સુઠ તોલા ૨૦, હીમજ તોલા ૫; આ સર્વનું  
બેગું ખારીક ચૂર્ણ તોલો ૦૧ થી ૦૨ સુધી દિવસમા બે વખત તાજ  
પાણી સાથે ઉતારી જવું.

આંખોનો ઉપાય:-ફટકડી, સાકર અને સિંધવ, એ ત્રણે અકેક  
તોલો લઈ ખારીક કરવી. પછી ગુલાબનું પાણી (અને તે ન મળે તો  
પછી સ્વચ્છ પાણી) તોલા ૪૦)મા તે નાખીને ઓગળી જાય એટલે  
જાડે કપડે ગાળી લઇ સ્વચ્છ શીશીમા ભરી રાખવું ખંતે વખત  
એનાં બખ્ખે ત્રણત્રણ ટીપા આંખોમા નાખવાથી આંખો દુઃખવી,

આખેાની દુખ્ખતા, આંધળાપણું વગેરે રોગોમા કાયદો થાય છે.

**દુઃખતા દાંતનો ઉપાય:**—આખાહળદર તોલો ૦૧, સાધારણ હળદર તો. ૦૧, કટકડી તો. ૦૧, સિંધવખાર તો. ૦૧, આ ચારેતું ખારીક ચૂર્ણ કરીને તેમાથી એક માસો ચૂર્ણ લઈને લીણુની ચીરી ઉપર નાખવું. પછી તે ચીરીને ગરમ કરીને પછી તે ચીરી દુઃખતા દાંતની નીચે દબાવીને રાળતું ટપકું દેવું. બે-ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે કરવાથી દાંતનું દરદ દૂર થઈ જાય છે.

**અજીર્ણ, મંદાગ્નિ, આકરો અને કબજિયાત ઉપર લાલ-દાયક ગોળીઓ:**—લસણની કળીઓ, સફેદ જીરું, સિંધવ, સુંદ, કાળા મરી, પીપર, શુદ્ધ ગધક, આ દરેક પાચ તોલા અને હીંગ તોલો ૦૧૧, આ સર્વતું ખારીક ચૂર્ણ કરીને લીણુના રસમા તેની ગોળીઓ બનાવી છાયે સૂકવી લેવી.

**સર્વ પ્રકારની ખાંસીનો ઉપાય:**—કાળા મરી તોલા ૧૦, બહેડાની છાલ તોલા ૧૦, લવિંગ તોલા ૧૦, કાથો તોલા ૩૦—આ સર્વતું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી ખાવળની છાલના ઉકાળામા તેની ગોળીઓ ચણા ચણા જેવડી કરવી અને છાયે સૂકવી લેવી. આ ગોળીઓ મોઢામા નાખીને ચાવવી નહિ, પણ ચૂસીને ઓગળે તેમ ગળે ઉતારતા રહેવું. આથી સર્વ પ્રકારની ખાંસી મટે છે.

**ઉત્તમ દંતમંજન:-૧**—(દાલચીની) તજની ભૂકી તોલા ૪, ૨-અરીઠાની ભૂકી (ખીજવગરનું) તો. ૧, ૩-કટકડીની ભૂકી તો. ૦૧, ૪-કાથાની ભૂકી તો. ૨, ૫-પીપરમીટ રતી ૧૦, ૬-અજમાનાં ફૂલ રતી ૧૦, ૭-કપૂર રતી ૨૦, ૮-છંદાયચીના કણુની ભૂકી તોલો ૧), ૯-તજનું તેલ માસા ૪, ૧૦-સફેતાનો-ચાકનો ખારીક ભૂકો તો ૩૬); ઉપલામાની ૧-૨-૩-૪-૮ એ પ્રથમ ખરાખર બેગી કરવી પછી ૫-૬-૭-૯ એ ચીજો ખારીક કરીને ઉપલી ચીજોમા મેળવવી. પછી સફેતાના આપેલા ખારીક ભૂકામા એ બધું ખરાખર બેગુ કરી દેવું આ દંતમંજન દાંતોની ઉપરના તેમજ એક ખીજની વચ્ચે ભરાના

મેલ તથા જતુઓને સાફ કરે છે.

(નીચેના ઉપાય “વૈદકકલ્પતરુ” માંથી આપેલા છે.)

કબજાઆત મટાડવામાટે “દાડમપાક” નીચે જણાવ્યા પ્રમાણે ખનાવીને ખાવાથી પરદેશી વિલાયતી જીલાખની ગોળીઓની માફક અવગુણ ખીલકુલ થતો નથી. તાજ નવા દાડમના ખીઆ શેર ૧૧, કાળાં મરી બે તોલા, જીરું બે તોલા, લાલ સંચળ ૨ તોલા અને મોટી કાળાં દ્રાક્ષ ખીઆ કાઢેલી શેર ૧. પહેલા દાડમના ખીઆને ખૂબ ખારીક છુદી તેમા દ્રાક્ષને મેળવીને મસાલો પીસવાની પથ્થરની પાટ ઉપર રગડીને ચટણી જેવું ખનાવવું પછી તેમા સંચળ મેળવી નાખ્યા ખાદ, મરી તથા જીરું જૂદા કપડછાણ કરી સઘળાને એકરસ કરવું. છેલ્લે આ “પાક”ની સોપારી જેવડી ગોળી કરી કાચના વાસણમા ભરી રાખવી; અને જ્યારે જોઈએ ત્યારે તેમાથી એક ગોળી ચાવીને ખાધી હોય તો ખાણુ હજમ થશે, ભૂખ સારી લાગશે, દસ્ત સાફ આવશે અને અજીર્ણ, વાયુતુ દરદ તથા આમવાયુનો નાશ થશે.

કબજાઆતનો સહેલો ઉપાય:-જેઓને કાઠાની કબજાઆતને લીધે ઘડી ઘડી માથું દુખવા આવતુ હોય, તેઓએ યાદ રાખવું જોઈએ કે, જે લોકો ખાઈ-પીને એક ઠેકાણે બેસી રહે છે, તેમનામાં ખાસ કરીને કબજાઆતની ફરિયાદ જોવામા આવે છે. ન પચે એવો જડ ખોરાક ખાવાની જાથુની ખરાબીભરેલી ટેવથી પણ કબજાઆત થાય છે. કબજાઆતના સહેલા ઉપાયતરીકે ગરમ પાણીમા લીંબુનો રસ જેટલો લેવાય એટલો અથવા માફક આવે એટલો નાખી ગોળ કે મધ નાખી સવારના પહેરમા પીવું જૂનો ગોળ પ્રમાણુ જોઈ આવો તેથી પણ કબજાઆત તૂટે છે. “ઓલીવ ઑઇલ” અથવા “સેલેડ ઑઇલ” ખાવાના ખોરાકની સાથે હરવખત લેવાથી જાથુની કબજાઆતથી પીડાતા માણસોને અતિશય ફાયદો થાય છે.

(નીચેનું લખનાર-ડા० હંસરાજ રવજી રાણાવાવવાળા)

હરસમાટે અકસીર અને વગર પૈસાની દવા:-હું પોતે હરસની

બિમારીથી બહુજ પીડાતો હોતો, ઘણા ઉપચારો કર્યા પણ આરામ થયો નહિ. છેવટ રાણાવાવના વૈદ્ય પ્રભાશંકર દયારામની સલાહ પૂછતા તેમણે ખતાવેલા ઉપચારોથી મને આરામ થયેલ છે. જરા પણ ધન નથી. તદ્દન આરામ થયેલ છે.

ઉપચાર કરવાની રીત નીચે મુજબ:—પોતાના પેશાબથી હરસને દરરોજ ધોવા. દિશાએ (જગલ) જતી વખત હરસ બહાર દેખાય તે વખતે પોતાના પેશાબથી ધોવામા આવતા થોડા દિવસમા આરામ થાય છે.

પેશાબથી ધોયા બાદ ૧૦-૧૫ મિનિટ પછી સારા પાણીથી ધોવાથી બળતરા થતી નથી. બહાર દેખાતા મસાને સારા પાણીથી ધોઈ પછી અંદર ખેસાડી દેવા. ત્યારબાદ નાહી-ધોઈ પવિત્ર થઈ પ્રભુભજનમા જોડાવું. હરસ બટકા ભરે તો તે ઉપર દહીં ચોપડવું, તેમજ સવારે દહીં પીવું; દહીં બાટુ ન હોવું જોઈએ, તે ખાસ ધ્યાનમા રાખવું. જેટલું મેં અનુભવ્યું છે તે લખી જણાવું છું બાકી તો પરિણામ પ્રભુને હાથ છે.

(નીચેનું 'ગુજરાતી' તા. ૧-૪-૨૬ માથી લીધેલું છે. લેખક—

ચાણિક લક્ષ્મીરામ રામજી-ધાંધળીવાળા)

આંખનાં કુલાંતો અકસીર ઉપાય:—આખના દર્દો જેવા કે, છારી વળવી, ઝાખ આવવી અને કૂલાતું પડવું, એ બધાને મટાડવાનો ઉપાય ખાખરાના મૂળસિવાયનો બીજો પણ છે. ખાખરાના મૂળનો અર્ક શુદ્ધ રીતે કાઢનારા જવલેજ છે. ખાખરાના ઝાડો કુંગર-મા થાય છે ઘણી વખત એમ પણ બને છે કે, ખાખરો જ્યાં નીપ-જતો ન હોય, ત્યાં ખાખરો મળવો મુશ્કેલ પડે છે. એ એકની કિંમત બહુ ભારે થવા જાય છે, તેથી શ્રીમતો મેળવી શકે, પણ ગરીબ-વર્ગ નાણાના અભાવે મેળવી શકતો નથી. એ તો સહેલો સડ, ઝટકામ થાય એવો ઉપાય છે કે, દરેક મનુષ્યને તે દવા આંખોને સારો ફાયદો કરી શકે અને જીવ કિંમતે મળી શકે તથા દર્દોને મટાડવાના અકસીર ઉપાયરૂપ બની શકે છે. સાખરનું શી ગડુ, ગધેડાનો દાંત, વડાગરૂ લૂણ (મીઠું) અને જૂનું અરીણ મેળવવું. માખરશી ગડા

અને ગધેડાના દાતને તાપાના વાસણ ઉપર ધસી, થયેલ ધસારો એક ચીનાઈ માટીના ગ્લાસમાં લઈ લેવો. તાપાના વાસણુપર જોઈએ તેવો ધસારો ન ઉતરે તો પછી પથ્થરપર તે બને ધસવા. પછી વડાગરૂ મીઠું અડદના દાણા જેટલું ધસીને તેમા અપીણુ નાખી મિશ્રણુ કરી એ ચારે ચીજોનો ધસારો વાસણુમા એકદર મિશ્ર કરીને વાદળાવિનાને દિવસે બપોરે અર્ધો કલાક આખની અંદરના પેઢા અને ડોળાપર આજણીની માફક આજી સૂઈ રહેવું. એમ આંજવાથી ખાખરાના મૂળના અર્કનો ઉપયોગ કરતા દર્દી આજી થઈ સાફ થતા જેટલો વખત લાગે છે, તે કરતાં થોડી મુદતમાજ આરામ થઈ જશે અને ઉપરના તમામ દરદો નાબૂદ થઈ જશે. આમા સારી ડીઘી મેળવેલા અતુલવી ડોક્ટરો અને દેશી વૈદ્યો મેળવી સેવન કરતા પહેલા સર્વે તવંગર અને ગરીબ જનસમાજને જરા અખતરો કરી જોવા અમારી વિનંતિ છે.

(નીચલા ઉપાય હિંદી “સ્ત્રીચિકીત્સક” ઉપરથી છે.)

**ખરોળમાં-**આકડાના પાકેલા ( પીળા ) પાન અને સિંધાલુણુ, એ બન્નેને દેવતાપર બાળીને પછી પાણીની સાથે અથવા મધ સાથે રોજ ત્રણ માસા ખાતા રહેવાથી રોગ દૂર થાય છે.

**ખુજલીમાં-**આખળાનું ચૂર્ણ રોજ ત્રણ માસા મધ સાથે ખાવું. **સ્ત્રીઓનું** ધાવણુ વધારવામાટે-મુનક્કા નામે મોટી દ્રાક્ષ વાટીને ઘીમા મેળવી પીતા રહેવાથી વધારે દૂધ ઉતરે છે.

**અંડકોશ સૂજી આવવું:-**એક તોલા ત્રિફળાના કાઢામાં ગોમૂત્ર નાખીને પીવાથી તરત આરામ થશે.

**બહુમૂત્રમાં:-**ઉમરડાના મૂળનું રોજ ત્રણ માસા મધસાથે સેવન કરવું.

**હરસમાં:-**જાશમા સિંધાલુણુ નાખીને કેટલાક દિવસ સુધી લાગટ પીતા રહેવાથી રોગ નાબૂદ થાય છે.

**હરસના મસામાં:-**રસવત, ચિનિયુ કપૂરને વાસી પાણીમા ઘુંટીને લેપ કરવો. કેટલાક દિવસ આ પ્રમાણે કરવાથી મસા સૂકાઈને આરામ થશે.

**શ્વાસ, ખાંસી, કફ:-**કાયફળ, મોથ, ધાણા, ભારગી, કાકડા-

શીંગી, પિત્તપાપડા, સુંઠ, વજ, હરડે, દેવદાર, રોહિસના ફૂલ-એ દરેક તોલા તોલાભાર લઇને સાત લાગ કરવા અને એક લાગનો કાઢો ખનાવી-ને પીવો. કાઢામાં એક શેર પાણીમાથી નવટાક પાણી રહે ત્યારે ઉતારી લેવો. પાણી ગરમ પીવું કોઇ પણ જાતની ખટાઈ, તેલ, ઘી, ગોળ તથા અડદની ચીજો ન ખાવી.

ખરોળ, ઉપર:-સૂઠ, કાળા મરી, પીંપર અને સિંધાલુણ, સમ-ભાગે લઇને કપડછાણ કરી તેમાથી બે પૈસાભાર ચૂર્ણ કુંવારપાકાના ગર્ભમાં મેળવીને ગાયના ઘીની સાથે રોજ આપવું. તેનાથી ગોળો અને ખરોળ નાશુદ થાય છે.

છાએ પ્રકારના અતિસાર ઉપર:-ભાગરાનો રસ પાચ પૈસાભાર સાત દિવસસુધી ગાયના દહીં સાથે આપવાથી સર્વ પ્રકારના અતિ-સાર નાશુદ થાય છે.

ખાળકોની ખાંસીમાટે:-જવખાર, અતિવિષની કળા, કાકડા-શીંગી, પીંપર, પુષ્કરમૂળ, એ સર્વનું ચૂર્ણ મધની સાથે ચટાડવાથી ખાળકોની પાચે જાતની ખાસી નાશુદ થાય છે.

શૂળ તથા પેટના સર્વ પ્રકારના વિકાર ઉપર:-કણ્ઠીનાં ખીજ બે તોલા, હીંગ ૦૧ તોલો, સચળ બે તોલા, છ૨ એક તોલો, અજમો એક તોલો, સુંઠ અઘોં તોલો, પીંપર ૦૧ તોલો અને કુદીનો ૧ તોલો, એ બધાને વાટીને ઘીમાં એક એક માસાની ગોળી ખનાવવી. ગરમ પાણીસાથે તે આપવાથી શૂળ તથા પેટના ખીજ વિકારો નાશુદ થશે.

કાનના દર્દમાટે:-ઘેટાનું મૂત્ર, સિંધાલુણ અને લીમડાનાં પાન તલના તેલમાં પકાવીને કાનમાં નાખવાથી કર્ણશૂળ અને કાનના સણકા બંધ થઈ જાય છે.

દાઢના દુઃખવા ઉપર:-વાવડીંગને ચલમમાં ભરીને તેની ધૂમાડી પીવાથી તેના ધૂમાડાને લીધે દુઃખાવો બંધ થશે અને કૃમી હશે તો તે પણ મરી જશે.

(નીચેના અનુલ્લવસિદ્ધ ઉપાયો અમદાવાદના પ્રાંતિક વૈદ્ય-



સંમિલનમાં યેઘોએ બતાવેલા ઉપાયોમાંના રસાયણી ઉપાય પંડયા મૂકીને “ભાગ્યોદય”ના ચોપ-૧૯૮૨ના અંકમાંથી લીધા છે.)

તાવ:-અતિવિષ ૦૧ તોલો, સુરોખાર ૧ તોલો, બન્ને ભેગા વાટી લૂગડે ચાળી ચૂર્ણ બનાવી રાખવું. તેના ૩ ભાગ કરી મધની સાથે દિવસે તાવવાળા દરદીને ચટાડવું. ઉપર મગનુ ઓસામણ આપવું, જેથી તાવ મટશે.

તાવ:-લવી ગ ૧ વાલ, મરી ૧ વાલ, લીંબોળા ૩ વાલ, એ બધું ખાડી લીમડાના પાનના રસની અંદર ઘુંટી રતી રતીની ગોળીઓ બનાવવી. દિવસમા ત્રણ વખત બખ્ખે ગોળી એમ ૭ ગોળી લેવી, જેથી તમામ જાતના તાવ મટે છે.

હિક્કા-હેડકી:-નેતર ધસી પાવલીભાર પીવાથી હિક્કા-હેડકી મટે છે. સાંધારણ રીતે હેડકીનું જોર ૯ દિવસ રહે છે, તેમા પેટની કબજાઆતની હિક્કા મટે છે સન્નિપાતના તાવની હિક્કા અસાધ્ય ગણાય છે.

વીરફોટકની ચાંદી:-બશેર વડાગરૂ મીઠું અને ત્રણ શેર લીંપવાની માટી, બન્નેને સરખે ભાગે લઘ સાત ગોળા બનાવવા. તેમાનો ૧ ગોળો લાલ ચાય ત્યાસુધી દેવતામા તપાવવો, પછી તેને પાણીમાં ખૂંટાવી દેવો. તે છમકારેલું પાણી ગાળીને પાછ દેવું ઉપર ઘી, સાકર ને રોટલી ખાવા. સાત દિવસ પ્રયોગ કરવાથી વિરફોટકની ચાંદીઓ મટી જાય છે.

રક્તપ્રદર:-ધાપાણની ભરમ ૧૧ તોલો, સાકર અને મધ સાથે આપવાથી રક્તપ્રદર મટી જાય છે.

રક્તપિત્ત:-ભેસની પાડીનું છાણ પાણીમા પલાળીને ઠરવા દઈ તેનો રસ કાઢી તે લૂગડે ગાળી લઈ તે પાણી સાકર નાખી દિવસમાં બે-ત્રણ વખત પાવાથી લોહી પડતું બંધ થાય છે.

ગુમડાં:-સુઈ, ઝેરકચોલુ ને વજ, ત્રણે પાણીમા ધસીને લેપ કરવા. પછી મકરોડનાં પાન (તે ન મળે તો આમલીના પાન કે નંગોડના પાન) છાશની પરાસમા ખાશી તેને ઝીણા વાટી લૂગદી કરી ત્રણ

૧૨ આધી દેવાથી ત્રીજે દિવસે ત્રણ પાકી પડે નીકળી જશે. પછી  
૧૩ ઉપર રાખજીર વાટીને દબાવી દેવાથી રૂઝ આવી જશે

આંખના રોગ:-જસતના ફૂલ ૧૦ તોલા, ૦૧ તોલો એકચીના  
૧, ૦૧ તોલો સાકર, ખેઆનીભાર શુદ્ધ મોરચુથુ, ખેઆનીભાર આ-  
ગનો ગુદર, એ બધાને વાટી કપડેથી ચાળી પછી તેમા જસતના  
૩ ભેળવી ખે દિવસ ગુલાબજળમા ઘુટવું તેની ચણા જેવડી ગો-  
ળિઓ બનાવવી તે ગોળી તરલાણુમા પાણી સાથે ચોથો ભાગ  
સીને આજવાથી દુઃખતી આખો મટે છે.

પાઠું:-જડા ચોરનું મૂળ કાઢી તેનું છોડું કાઢી નાખી ગરમ પાણી-  
૧ ધસી પાઠાપર ચોપડવાથી પાઠું આગળી જશે

વાળો:-બીલામાને સોય ધોચી દીવા ઉપર ધરવાથી દૂધ નીકળે  
૧. તે એક-બે ટીપા પાશેર દૂધમા પડવા દઈ તે દૂધ પાવાથી વાળો  
પડે છે, વાયુની ગાઠો વેરાય છે.

તાવ:-ભૂરા કોળાને વાટકો કરી તેમા મુરોખાર નાખી તે વાટ-  
૧ તાવમાં માથે ગરમી ચઢી માથુ ધણુ ચઢે ત્યારે માથે મૂકવાથી બ-  
દ્ધ જેટલી ઠંડક આપી માથુ ઉતારે છે ભૂરા કોળાને બદલે દુધી  
પણુ ચાલે. દુધીને છુંદી તેમા મુરોખાર ભેળવી તે લુગદી માથે મૂકવા-  
થી ઠંડક વળી તાવ ઉતરે છે.

માથું ચઢે તો:-દશાંગ લેપ ૧ તોલો, ૧૦ તોલા પાણીની ચદર  
નાખી તેમા કપડું પલાળી તે માથે મૂકવાથી ઠંડક આપે છે. દશાંગ  
લેપમા તગર અને જટામાસી, રતાજળી, એલચી એવી. ચીજો આવે  
છે કે જે માથાની પીડા મટાડનાર છે વળી તે રક્તપિત્તના મોજમા  
સારો ફાયદો આપે છે.

તાવની ગરમી:-કુંવારપાઠાને ગર્ભ માથે રાખવાથી તે તાવની  
ગરમી ઓછી કરે છે; અથવા ખેતરની કાળી માટી પાણીમા પલાળી  
તે માથે રાખવાથી માથે ઠંડક ચાય છે.

તગરની ગાઠો ધસી બદાર લેપ કરવાથી બદારની વેદના મટાડે છે.

**હિક્કા:-**નગોડના પાન અને લીડીપી પરનો ઉકાળો કરવો. પાચ પાચ મિનિટે ચમચો ચમચો દવા આપવી. અડદ અને હળદર વાટી તેની ખીડી પીવાથી હિક્કા મટે છે.

અણિયારનો ગુંદર અને હળદર ચલમમા પીવાથી હિક્કા મટે છે.

**ઉંધ આવે:-**દરદીને ઉંધ ન આવતી હોય તો ખોરાસાની અજમો પાચ રતી આપવાથી ઉંધ સારી આવે છે, પેશાબ સાફ થાય છે. પોટાસ ઓમાઇડને બદલે મગજના વ્યાધિમા ખુરાસાની અજમો વપરાય છે.

પીપરીમૂળ અને કમળના ફૂલનો કાટો આપવાથી ઉંધ આવે છે.

**લીલામું કુટી નીકળે તો:-**એ કેળા અને ૧ શેર દહીં મિશ્ર કરી શરીરે ચોપડવું અને કેળા તથા રોટલી ખવરાવવાથી લીલામાનું ઝેર ખેસી જાય છે, આદીઓ સૂકાઈ જાય છે.

**પિત્તજ્વર:-**ખડસલીઓ અને મોથનો ઉકાળો આપવાથી મટે છે.

**શ્વાસ-ખાંસી:-**ખેઆનીભાર કહુ, ૪ પાવલીભાર સાકર, એકત્ર વાટી આઠ પડીકીઓ કરવી. આખા દિવસમા ૮ વખત એ આઠ પડીકીઓ આપવાથી વિષમજ્વર મટે છે, તેમ શ્વાસ-ખાંસી પણ મટે છે.

**તાવથી માથું ચઢ્યું હોય તો:-**ખકરીના દૂધ સાથે નવસાર અને સુરોખાર મેળવી માથે મૂકવાથી તાવ નરમ પડે છે.

**પ્રમેહ:-**હરડે તોલો ૧૧, ખેદા તોલો ૧૧, આમળા તોલો ૧૧, જોડીમધ તોલા ૨, એ સર્વેને ખાડી તેનો બશેર પાણીમાં ઉકાળો કરવો. તેમા ૪ તોલા ચણાની પોટલી અદ્ધર રહે તેમ લટકાવવી. પાણી બળી જાય અને ચણા પુલી જાય એવા તે કંવાયના કૃયા સાંજે તેટલાજ પાણીમા ઉકાળવા અને તેમા ૪ તોલા ખીજ ચણાની પોટલી અદ્ધર મૂકીને બાફવી. તે પાણી બળી ગયે સવાર માફક તે ચણા કાઢી ઠંડા થયે ખવરાવવા. તેની સાથે પુલાવેલી ફટકડી વાલ ખે, ચીનીકખાલાનું ચૂર્ણ વાલ ૨, ચીની સાકર વાલ ૪, ત્રણે ચીનો મેળવી બાર વાગે ૧ પડીકું આપવું અને તેવીજ રીતે રાત્રે ૧ પડીકું આઠ વાગે આપવું અને તે ઉપર પાણી પીવું. હીંગ, રાઈ, તેલ, મરચા ન ખાવા, બલ-

ચર્ચ પાળવું. ૨૧ દિવસ આ પ્રયોગ કરવાથી પ્રમેહ મટે છે.

**હેડકી:**—આદાનો રસ અને મધ શ્વાસકુઠાર કે આનાંદભેરવ સાથે આપવાથી હેડકી મટે છે.

**શંખદ્રાવ કાઢવો**—૧ તોલો નવસાર, ૧ તોલો સુરોખાર, ૧ તોલો સિંધવ અને ૧ તોલો ફટકડી કાચી લઘ વાટી તેને એક ઘડાની અંદર નાખી તેના ઉપર ૧૫૫ રતલી જડો દુઠાવાળો શીશો છતો મૂકવો. તે શીશાને તળેના દુઠામા વચ્ચે કાણું પાડવું. તે શીશાનું તળાઉં ઘડાના મો સાથે મુલ્તાની માટીથી કપડખધ કરી સૂકવવું. તેમ જ શીશાના મોને છંદનો દાટો મારીને મુલ્તાની માટીથી કપડછાણ ખધ કરી સૂકવવું. પછી તે ઘડો ચૂલા ઉપર મૂકી, તળે ધીમે તાપ આપવો. તેથી શીશામા શંખદ્રાવ ચઢશે અને તે શીશામા તળાએ જ ઉપસેલો દુઠો છે તેની આલુબાલુ ભેળો થશે જ્યારે બધો શંખદ્રાવ થઈ જાય, સારે ઉતારવું અને શીશો દડો થયે કાઢી લેવું.

**ધાતુપુષ્ટિ:**—ચોપચીની તો. ૦૫, જવ ત્રી તો. ૦૫, ખરાસ તો. ૦૫, એકત્ર ધુટી ૮ પડીકા કરવા માખણ અને સાકર સાથે આ દવા સવારસાજ ચાર દિવસ લેવાથી ધાતુ પુષ્ટ થાય છે.

**ઘોળો કાઢ:**—ખાવચો તોલા ૧૬, ખેરસાર તોલા ૪, ત્રિફળાં તોલા ૧૦, ભાગરો તોલા ૧૦, ગળો તોલા ૫, એકત્ર વાટી તેમાથી રોજ બે તોલાનો ઉકાળો કરી ઘોળા કાઢવાળાને ૧૫ મામ આ દવા આપવી. તેલ, મરચું, ખટાશ, ખાર અને મીઠું ખધ કરવું; ખાવાને દૂધ, ભાત, રોટલી આપવાં. સાથે હરતાલ ભરમ એક રતી કવાય પીતા પહેલા મધ સાથે આપવી.

**લેપ:**—ખાવચો તોલા ૧૦, હરતાલ તોલા ૪, મનશીલ તોલો ૧, ચિત્રક તોલા ૨, હળદર તોલા ૨, એકત્ર વાટી ધુટી ગોમૂતમા વાટી તેનો કાઢના આઠપર લેપ કરવો. તેનાથી ફેલ્લા હડી પાણી ગરીને રૂઝ આવે છે અને કાઢ મટે છે.

( નીચેના વૈધક પ્રયોગ પણ “ભાગ્યોદય”ના ઉપલાજ અંકમાથી લીધેલા છે. )

ઘોળા કોઠ — ઘોળા કોઠ મટાડવામા ખાવચી ઘણી ઉપયોગી વસ્તુ છે. ઘોળા કોઠ અસાધ્ય ગણાય છે, તેના ઉપર લાખો વખત ખાવચીનો ઉકાળો પીવાથી અને ખાવચી વાટી ચોપડવાથી સારું થાય છે. ખાવચી લગાડવાથી કોટના ઘોળા ડાઘા કાળા પડે છે; ખાવચીનું તેલ કાઢી તે કોઠ ઉપર લગાવવાથી સફેદ ડાઘો લાલ થાય છે. પછી તેનો દુ ખાવો થાય છે થોડા દિવસ વધુ તેલ લગાવવાથી તે ડાઘ ઉપર જીણી જીણી ફેક્ષીઓ થાય તો થોડા દિવસ દવા બંધ કરવી, જેથી ફેક્ષીઓ સૂકાઈ જશે અને ચામડી કાળી થઈ જશે. આનુબાનુનો ભાગ પણ ધીમે ધીમે ચોખ્ખી ચામડીની આકૃતિનો થઈ જાય છે.

ખાવચીને મીઠા તેલમા કે કણુઝીઆ તેલમા થોડો વખત પલાળી રાખી પછી પીલવાથી તેલ નીકળે છે તે તેલ કોઠ ઉપર વપરાય છે.

હરતાળ ૧ તોલો, આમળા બે તોલા અને ખાવચી આઠ તોલા, ત્રણેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેને ગોમૂત્રની સાથે ઘુટી કોઠનાં આઠાં ઉપર લગાડવું, જેથી કોઠ મટે છે

ઝાડા — ઈંદ્રજવ, ધાણા અને પટોળ સરખે વજને લઈ ઉકાળો કરી તે ઉકાળો ૪ તોલા પીવાથી ઝાડા, રક્તાતિસાર, આતરડાના વ્યાધિ, ઝાડે લોહી પડવું અને બાળકોનો સખ્ત મરડો મટે છે ઈંદ્રજવ ઝાડો બંધ કરે છે તેમ આમળા પાચન થાય છે. ઝાડો બંધ થવાથી પેટ ચઢતું નથી. તાવ પણ મટાડે છે. પેટનો દુ ખાવો અને કૃમી પણ મટાડનાર છે.

આફરો, ચુંક, મંદાગ્નિ ઉપર સર્જકાદિ ક્ષાર — સાંજખાર ૨ ભાગ, જવખાર ૧ ભાગ અને પંચલવણ ૫ ભાગ, એ ત્રણેને વાટી બીજો-રાના રસમા કે દાડમના રસમા ખૂબ ઘુટી તે ચૂર્ણ તડકે સૂકવવું આ ક્ષાર પાવલીભાર લેવાથી જમ્યા પછી પેટમા આફરો ચઢતો હોય, ખાટા ધરકાં આવતા હોય અને દાત અબાઈ ખાટા થઈ જતા હોય તો મટે છે. જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે, પેટની ચુંક મટે છે.

બાળકોની વરોધ:—અરકુસીના પાનનો સ્વરસ નવશેડો પાવાથી

અને તેના પાદડાના કુચાથી છાતી ઉપર રસ ચોપડી ધીમે શેક કરવાથી બાળકની વરાધ મટે છે, બાળકનો તાવ મટે છે, શ્વાસ જલદ ચાલતો હોય તો તે મટે છે, ગળામા સમણી બોલતી હોય અને કંક ભરાયો હોય તો તે પણ મટે છે

સાપનું ઝેર:—અરીઠાના ફળને ઘસી આખમા આજવાધી સાપનું ઝેર ઉતરે છે.

દમ—આકડાના રવૈયાં (ફૂલ) ૧૨૫ લઈ તેમા જયકળ ૧ તોલો, લવીંગ ૧ તોલો, જવત્રી ૧ તોલો અને અકકલગરો ૧ તોલો મેળવી વાટી ચૂર્ણ કરી તેને મધ સાથે ઘુટી બખ્ખે આનીભારની ગોળીઓ કરવી. તે બખ્ખે ગોળી દમના દરદીએ સવારસાજ લેવી, તેથી દમ મટે છે.

આકડાના મૂળનું ચૂર્ણ.—૬ વાલ ઉના પાણી સાથે દમવાળાને આપવાથી ઉલટી થાય છે અને ચઢેલો દમ બેસી જાય છે પછી રોજ ઉપરની ગોળીઓનું સેવન કરવાથી દમ ફરીથી ઉપડતો નથી.

ઢોવત આપનારી દવા:—અર્ધો તોલો એખરો, દધસાકરમા સવારસાજ ઉકાળીને પીવાથી શરીરમા ધણું ઢોવત આવે છે નબળાઇને લીધે સાધા દુ.ખતા હોય, કળતર થતી હોય તો તે પણ મટે છે.

## ૮૧—તુલસીમાહાત્મ્ય-ધર્મ અને આરોગ્ય

(હિદી “સ્વીધર્મશિક્ષક” ઉપરથી)

આપણા પ્રાચીન આચાર્યોએ તુલસીના છોડને પૂજવાયોગ્ય કેમ માન્યો હતો? તુલસીના છોડ પ્રત્યેક હિદુને યેગ અને બાગબગીચામા ઉગાડવાની આજ્ઞા શામાટે કરી હતી? કારણ એજ છે કે, તે આપણા ધર્મકર્મની સદાયક છે, અનેક કઠોર વ્યાધિઓથી પણ તે આપણુ રક્ષણ કરે છે. આપણા સર્વના દિતાર્થે તુલસીના શુભ વંદકાવ્યમા નીચે પ્રમાણે જતાવેલા છે —

તુલસીના શુભ

દિલ્લાકાસ વિશ્વાસ પાર્શ્વશૂલવિનાગન ।

પિત્તકૃત્ કફવાતમ્નઃ સુરસઃ પૂતિગન્ધનુત્ ॥ (ચરક)

અર્થ—તુલસીના પાન ખાસી, વિષવિકાર, શ્વાસ તથા પાર્શ્વશ્વળને નાશ કરે છે વળી તે પિત્તકારક, કફ અને વાયુને નાશ કરનાર તથા દુર્ગંધનાશક છે.

કફાનિલવિનિઃશ્વાસકાસીદૌર્ગંધ્યનાશન ।

પિત્તકૃત્પાર્શ્વશૂલમ્નઃ સુરસઃ સમુદાહત ॥ (સુશ્રુત)

અર્થ—તુલસી કફ, વાયુ, વિષ, શ્વાસ, ખાસી અને દુર્ગંધીને નાશ કરે છે. તે પિત્તકારક છે અને પડખાના શ્વળને દૂર કરે છે.

તુલસી કટુકા તિક્ત્વા હૃદયોષ્ણા દાહપિત્તકૃત્ ।

દીપની કૃષ્ટ કૃચ્છ્રાસ પાર્શ્વરુક્કફવાતજિત્ ॥

અન્યત્ર પણ કહ્યું છે કે—

શ્વેતા ચ કૃષ્ણા તુલસી તિક્ત્વાં કટૂણો કથ્યતે ।

દાહપિત્તકરી હૃદયાતુવરા હ્યગ્નિદીપિકા ॥

લઘ્વી વાતકફશ્વાસકાસહિક્કાઃક્રમાજયેત્ ।

વાન્તિદૌર્ગંધ્યકુષ્ઠાનિ પાર્શ્વશૂલવિપાપહા ॥

મૂત્રકૃચ્છ્રં રક્તદોષં ભૂતવાધાં ચ નાશયેત્ ।

શૂલજ્વરં ચ હિક્કાં ચ નાશયેદિતિકીર્તિતા ॥

અર્થ—સફેદ અને કાળી તુલસી તીખી, કડવી, ગરમ, તીક્ષ્ણ, દાહજનક, પિત્તકારક, હૃદયને હિતકારી, અગ્નિદીપક, હલકી તથા વાત, કફ, શ્વાસ, ખાસી, હિક્કા, કૃમિ, ઉલટી, દુર્ગંધ, કોઠ, પાર્શ્વશ્વળ તથા વિષને નાશ કરનાર, અને મૂત્રકૃચ્છ્ર, રક્તદોષ, ભૂતબાધા, શ્વળ, જ્વર અને હેડકીને દૂર કરનારી છે.

અસ્થિજસ્ય કાલાસસ્ય તનૂજસ્ય ચ યત્ત્વાચિ ।

દૂશ્યા કૃતસ્ય વ્રહ્મણા લક્ષ્મશ્વાસમનીનશત્ ॥

સરૂપકૃત્ત્વ ઔપધે સાસરૂપમિદં કૃધિ ।

શ્યામા સરૂપકરણી પૃથિવ્યા અત્યદ્ભુતા ॥

ઇદમ્પુ પ્રસાધય પુનારૂપિણા કલ્પય । (અથર્વ)

અર્થ-ચામડી, માસ તથા હાડકામા જે મહારોગ પહોંચી ગયો હોય, તેનો પણ ઘોળા તુલસીથી નાશ થાય છે. કાળી તુલસી ડાઘવાન કરવાળી છે અને તેના સેવનથી શરીરની ઉપરના ઘોળા ડાઘ તથા ચામડીના અન્ય રોગ પણ નાબુદ થાય છે. પુરાણોમા પણ લખ્યું છે કે:-

તુલસીકાનનં ચૈવ ગૃહે યસ્યાવતિષ્ઠતે ।

તદ્ ગૃહં તીર્થવત્તત્રિ નાયાંતિ યમકિકરા ॥

તુલસીગંધમાદાય યત્ર ગચ્છતિ મારુતઃ ।

દિશો દશ પુનાત્યાશુ ભૂતગ્રામોશ્ચતુર્વિધાન્ ॥ પદ્મોત્તર૦

અર્થ-જે ઘેર તુલસીના છોડ હોય છે, તે ઘર તીર્થસમાન છે. ત્યાં યમદૂતો આવતા નથી. તુલસીની સુગંધ આપવાવાળો વાયુ જ્યા જ્યા જાય છે, ત્યાં ત્યા દશે દિશાઓને અને ચારે પ્રકારના ભૂતગ્રામને તત્કાળ શુદ્ધ કરે છે.

તુલસીની અનેક જાતો થાય છે, પરંતુ રામા ( સ્વેત ) તથા કૃષ્ણા ( કાળી ) તુલસી, એ બેજ જાતની તુલસી વિશેષે કરીને આપણા દેશમા વપરાય છે. તેનો ઉપયોગ અનેક રોગ ઉપર થાય છે.

તુલસીના અનુભવેલા પ્રયોગ

ખાંસી, જીર્ણીજ્વર અને છાતીનું દર્દ-તુલસીના પાનનો રસ, કાળા મરી અને સાકર એકત્ર કરીને પીવાથી દૂર થાય છે.

વાયુ કે કફથી થયેલો ઉન્માદ-એના ઉપર તુલસીના પાન સુંઘવાથી, ચોપડવાથી તથા ખાવાથી અત્યંત લાભ થાય છે.

મૂત્રરોગમાં:-ક્રીષ્ણનો રસ તેની માથે મિલાવી તેનું સેવન કરવાથી કાયદો થાય છે

જીભ અને હોઠનાં ચાંદાં:-તેનાં પાન ચવડાવવાથી મરી જાય છે, મોઢાની બદબો જતી રહે છે, અવાળાં અને દાંત મજબૂત થાય છે અને દાંતનાં દરેદો નાબુદ થઈ કંઈ શુદ્ધ થાય છે.

પાચનશક્તિ-તેના પાન વાટીને પીવાથી વધે છે, વાયુ શુદ્ધ થાય છે તથા શુદ્ધ ઓડકાર આવે છે તેમજ બૂખ વાગે છે.



ચક્રત, પ્લીહા અને હરસમાં:-તેને ખાવાથી અને લગાડવાથી ક્ષાયદો થાય છે.

તેના પાન કૃમિદન છે, તેનો લેપ કરવાથી મચ્છર કરડતા નથી, તેના પાનનુ ચૂર્ણ લલરાવવાથી ધામાં પડેલા કીડા મરી જાય છે.

કાલેરામાં:-તેના પાનની કાળાં મરી સાથે ગોળી બનાવીને આપવાથી ઉલટી અને ઝાડા બંધ થઈ જાય છે.

સાપ કરડે ત્યારે:-તરતજ આશરે બેએક તોલા તુલસીના પાન દશ-પંદર કાળા મરી સાથે ઘુટીને પાવા જેઘએ તથા તેનાં પાન અને મૂળને વાટીને જે જગ્યાએ સાપ અથવા વીંછી કરડ્યો હોય ત્યાં ચોપડવુ જેઘએ.

સળેખમ, ખાંસી તથા છાતીનાં દરદોમાં:-કાળી તુલસીની રહા અત્યંત ગુણકારી છે.

પ્લેગમાં:-તુલસીના પાનને કાળાં મરી તથા સાકર સાથે ખવડાવવાથી અને તેના પાનને શરીર ઉપર લગાડવાથી બહુ લાભ થાય છે.

શરીરના કોઈપણ ભાગ ઉપર સોજો હોય તો:-તેનાં પાન વાટીને ચોપડવાથી શાંતિ થાય છે.

તુલસીનું નિત્ય સેવન કરવાથી:-શુદ્ધ લોહી પેદા થાય છે અને મનુષ્ય હરેક પ્રકારના રોગોથી બચી જાય છે.

કોઠમાં:-તેનાં પાન ખાવા અને ચોપડવા હિતકારક છે.

તુલસી એપી રોગોની નાશક, કૃમિદન અને મેલેરિયા તાવનો નાશ કરવાના ગુણોવાળી છે. એવું તો આજકાલના અનેક મોટા મોટા ડૉક્ટરોએ અમેરિકા અને વિલાયતની પરિષદોમાં સ્વીકાર્યું છે. જે વાત આપણા ઋષિઓ હજારો વર્ષ પહેલાથી કહેતા આવ્યા છે, તે જાણવાનું પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરોએ હજુ હમણાજ શરૂ કર્યું છે ભારતવાસીઓનું સ્વાસ્થ્ય દિનપ્રતિદિન બગડતુ ચાલે છે, તેનું કારણ એજ છે કે, જ્યાં પહેલા પ્રત્યેક હિંદુને ઘેર તુલસીવન શોભતા હતાં, ત્યાં આજે પ્રત્યેક મહોલ્લામાં તુલસીના પાત્ર દશ છોડ પણ જોવામાં આવતા નથી!

કાળની કેવી વિચિત્ર ગતિ ।

હવે અમે ભારતીય વેદ્ય અને ડૉક્ટરોને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે, તેઓ ધોર નિદ્રાનો ત્યાગ કરી ધ્યાનપૂર્વક આ મહાન સંરક્ષક અને પવિત્ર તુલસીનો પ્રચાર પ્રત્યેક ધરમા કરાવવાના પ્રયત્ન કરે અને તેના ગુણોનું પૂર્ણરૂપે સંશોધન કરે તુલસીના અપૂર્વ ગુણો જોઈનેજ આપણા પૂર્વજોએ તેને ધાર્મિક વૃક્ષ માન્યું છે; કેમકે તે શરીરને આરોગ્ય રાખે છે અને આરોગ્યથીજ સર્વ પ્રકારના ધર્મોનું પાલન થાય છે.

( “સ્ત્રીચિકીત્સક” હિંદી ઉપરથી )

સર્વ પ્રકારના તાવને માટે:—કાળા મરી વાટીને તુલસીના પાનના રસમાં ભીંજવી છાયડે મૂકી રાખવા. સૂકાઈ જાય ત્યારે કરી તુલસીના રસમાં ભીંજવવા. આ રીતે સાત વાર ભીંજવીને છાયડે સૂકવવા. પછી અણા જેવડી ગોળાઓ વાળી એક શીશીમાં ભરવી જેને તાવ આવતો હોય, તેણે તાવ આવતા પહેલા ત્રણ કલાક અગાઉથી કલાકે કલાકે એક એક ગોળા ગરમ પાણી સાથે ગળવાથી મર્વ પ્રકારનો તાવ જતો રહેશે.

બાળકના પેટની પીડામાં:—બાળકના પેટમાં પીડા થતી હોય તો તુલસીનાં પાનનો રસ અને આદુનો રસ બંને બરાબર લઈ ગરમ કરીને બાળકને પાવાથી સર્વ પ્રકારની પીડા દૂર થશે જે રોગ તેનું સેવન કરાવવામાં આવે તો બાળકના પેટમાં કોઈ પણ વિકાર કદાપિ થાય નહિ.

બાળકનું પેટ ફૂલે તે ઉપર:—બાળકને દસ્ત સાફ ન આવતો હોય અથવા પેટ પૂલી જતું હોય તો એક તોલો તુલસીના પાનનો રસ ગરમ કરીને હશેકો હશેકો પાવાથી દરત માફ આવે છે, પેટનો ગડગડાટ તથા પેટનું પ્રલવું વગેરે રોગ દૂર થઈ જાય છે.

માથાની પીડામાં:—તુલસીના પાન છાયડે સૂકવીને રાખી મૂકવા. જ્યારે માથામાં પીડા થાય, ત્યારે તેનો નાસ લેવાથી તે પીડા જરૂર દૂર થાય છે.

બાળકના પેટના કીડાઓમાં:—તુલસીના પાનનો રસ ગરમ

કરીને પીવડાવવાથી તરતજ આરામ થાય છે.

**ધાતુક્ષીણતામાં:**—કોઈ પુરુષને પિશાબ પહેલા અથવા પછી ધાતુ જતી હોય અથવા સ્વપ્નદોષમાં ધાતુ જતી હોય તો તુલસીનાં પાનનો રસ ૬ માસા અને દૂધ(સફેદ ધ્રો)નો રસ ૬ માસા સાત દિવસ-સુધી રોજ પીવાથી જરૂર આરામ થશે.

**ઠાઢીઆ તાવનો ઉપાય:**—સુંઠને પાણીમાં ધસી જરા ગરમ કરી કપાળે ચોપડી, માથે ઓઢીને સૂઈ જવાથી પરસેવો વળી તાવ ઉતરી જશે તથા ઘેન મટશે.

**વિષમજ્વરનો ઉપાય:**—એક દોકડાભાર તુલસીના પાનનો રસ તથા દોકડાભાર મધ લઈ એમાં મરીનો બૂકો નાખી પીવાથી વિષમ જ્વર અટકી જાય છે.

**રોજીઆ તાવનો ઉપાય:**—કુદીનો તથા તુલસીનો કવાથ પીવાથી રોજીઆ તાવ ઉતરે છે.

**રતાંધળાપણુની દવા:**—કાળાં મરીની ઉપલી છાલ કાઢી નાખી તુલસીનાં પાંદડાના રસમાં મેળવી રતીભાર ગોળી બનાવવી. તેને મધમાં ધસી સાંજે અંજન કરવાથી બે દિવસમાં રતાંધળાપણુ જતું રહેશે.

## ૮૨—જીવાનોને પડકાર

( ‘કઠીઆસુદર્શન’ રાણપુર-તા. ૧-૨-૨૬ )

બંગાળી લોકસાહિત્યમાં એક વાર્તા છે. મુઘલાવસ્થામાં ધર્મિયો ગોદ સેવતો કોઈ બાળક બનરોના ભવ્ય ઠઠારાથી અબ્બ કંઈ કંઈ ચીજો લેવા દુકાને દુકાને આથડ્યો ને હતાશ થઈ પાછો ફર્યો—કારણ તેની પાસે પૈસા નહોતા. ભગ્ન હૃદયે તે નિર્જન અરણ્યમાં પહોંચ્યો અને પૈસામાટે કરુણ આક્રંદ કરવા લાગ્યો. વનદેવતાએ તેને દેખા દીધી ને કહ્યું:—“આ પેટીમાં પૂરાવાનું કબૂલ કર અને તારી આગળ સુવર્ણના ઢગ ઉભા કરી દઉ.” બાળક હરખાઈને પૂરાયો. પેટીના છિદ્રોવાટે તેણે જોયું તો એમર સોનારૂપાના અળકતા સિક્કા પથરાયા હતા.

પણ ભૂખ-તરસની તીવ્ર વેદના આગળ એના સુવર્ણસ્વપ્નો સરી પડ્યા અને પૈસા ઉપર શાપનો પોકાર કરી તેણે અન્નપાનની-મુક્તિની માગણી કરી.

સમાજના તારણહારસમા આ તરુણો ! તમારેમાટે આ એક નીતિ-કથા છે. પૈસા પાછળ રમ્યાપર્યા રહેવું એ જીવનનું ધ્યેય નથી. એ તો અનિષ્ટ બંધન છે. જીવનનો ઉદ્દેશ એથી ઉચ્ચેરો છે, વધારે પવિત્ર છે, જીવનનું અન્ન અને જીવનનું પાન એ ઝગઝગતી દોલત કરતા વધુ મહત્ત્વનું છે.

અને જુવાનીમા તરવરતા તરુણોમાટે જીવન કેવું હોઈ શકે ? બ્રહ્મચર્ય, તાકાત, હિંમત એજ જુવાનીનો ખોરાક છે. નિર્બળતા એ જીવનનું અવસાન છે. ઈશ્વરનો આદેશ છે કે, જુવાનો ! બલહીન શક્તિહીન મા થજો. જીવનનો ૧૩ થી ૨૫ વર્ષનો અંતરગાળો તો આખી જાંદગીની ફતેહનો પાયો છે. એમા વિલાસ કે વૈલવ ન જોઈએ. ટૉનિક દવાઓના ખાટલા કે તીખા તમતમતા ક્ષુદ્ર ખોરાકને દફનાવવા જોઈએ. અગકસરત-વ્યાયામ એજ સાચું ટૉનિક છે, અખાડાઓ ને મક્કડુસ્તી એજ સાત્વિક ખોરાક છે. વન્નૂં ગ બનવું એ જુવાનોનો અપરિહાર્ય ધર્મ છે.

જીવનના એ અમોક્ષા સમયમા વાચન, આહાર અને આચાર-ચારમા પણ નયું બળ જોઈએ. સમાજનો ઉદ્ધાર દર્શાવતું વેગવંતું ભાવનાભર્યું સાહિત્ય, પ્રજાપ્રજના નરકેસરીઓના ગ્રેરણાવત જીવન-ચરિત્રો અને પ્રજાપીડક રાજ્યોની મારમાર મહાશક્તિથી પ્રજાઓના પ્રચંડ વિપ્લવના ઇતિહાસ એજ યુવાવસ્થાનો ખરો અભ્યાસક્રમ છે, જીવનનો એ અખૂટ અન્નભંડાર છે.

અને જીવનનું અમૃતપાન શું છે ? પ્રાર્થના ને સેવાભાવના મદાન પિતાની જાંદગીમા રણચડીનું છુપું બળ ભર્યું છે. એવાની ભાવનામાય શક્તિના દિવ્ય અમકાર લપાઈ રહ્યા છે, એનો આવિર્ભાવ સમાજ-મેવકેને અજબ રીતે થાય છે

સમાજને-જાનિને આત્યારે “આદર્શ”ના ઉપામકો-પરમ સેવકો

જોઈએ છે, વિલાસના ને મર્દાનગીહીન મોજશોખના અનુરાગી, માય-કાગલા તરુણોનો આ યુગ નથી અહ્યયર્થ અને વ્યાયામના ખોરાકથી વજકાય બનેલા, સાદા ને સેવાભાવી જીવનથી પ્રેરણા પીને જનતાના સાચા સેવકો થયેલા યુવકવીરોની જનની રાહ જુએ છે.

ઉઠો તરુણો ! જીવનમાં આ મહાશક્તિ રેલાવવા કમ્મર કસો.

## ૮૩-જ્ઞાનચારિત્ર્યને વધારનારાં વચનામૃત

ગંગાકિનારે ડૂબો શામાટે ખોદો છો ?

મારું હૃદય એટલું બધું ભરાઈ આવ્યું છે કે, મારી લાગણી શબ્દદ્વારા બતાવી શકતો નથી. જ્યાંસુધી કરોડો માણસો ભૂખ અને અજ્ઞાનમાં જીવન ગાળશે, ત્યાંસુધી જે માણસ તેઓના ખર્ચે ભણી કેળવાયેલો બન્યા છતાં, તેમના તરફ થોડામાં થોડું પણ લક્ષ આપતો નથી, તેવા દરેક માણસને હું દ્રોહી ગણું છું. જે ધનવાનો ગરીબોનો ધાણુ વાળી ચૈસા મેળવી પોતાના ઠાઠમાઠવાળા પોષાકમાં આમતેમ હરે ફરે છે, તેમને-જ્યાંસુધી ભૂખે મરતા, જ ગલી કરતા જેની સ્થિતિ કોઈ પણ રીતે ચઢીઆતી નથી એવા; વીસ કરોડ માણસોને માટે કંઈ પણ કરતા નથી, ત્યાંસુધી હું દુષ્ટો ગણું છું x x x

જે ધર્મ કે ઈશ્વર વિધવાના આસુ લૂછી ન શકે, અથવા માળાપ-વગરના નિરાધાર બાળકોના મુખમાં એક રોટલીનો કટકો મૂકી ન શકે, તેવા ધર્મ કે ઈશ્વરમાં મને શ્રદ્ધા નથી. ગમે તેટલા ઉમદા ધર્મ-તત્ત્વો હોય, ગમે તેટલું સુગંધિત તત્ત્વજ્ઞાન હોય છતાં જ્યાંસુધી તે પુસ્તકોમાં જ છે અને મુખમાત્રથી ચર્ચાના વિષયરૂપ છે-એટલે કાર્યમાં ઉતરેલ નથી, ત્યાંસુધી હું તેને ધર્મ કહેતો નથી. + + +  
‘મારો ધર્મ’ એમ કહેવામાં તમે મગફળી લ્યો છો તે ધર્મને કાર્યમાં મૂકો, પ્રભુ તમારું કલ્યાણ કરશે

શુ તમે તમારા જાતિભાઈઓપર પ્રેમ રાખો છો ? ઈશ્વરને શોધવા તમે ક્યાં જાઓ છો ? શુ ગરીબ, દુખી અને નિર્બળ બધુઓ

મધા ઇશ્વરો નથી? તેઓની પૂજા પહેલી શામાટે કરતા નથી? ગંગા-  
નદીના કિનારા ઉપર શા માટે દૂવો ખોદો છો?

( ‘સ્વામી વિવેકાનંદના પત્રો’ માંથી )

“માનવજાતિને મદદ કરવાની જેમની ઇચ્છા હોય, તેમણે પો-  
તાના સર્વ સુખ-દુખ, નામ-કીર્તિ અને સર્વ તરેહના સ્વાર્થનો  
ગુડા-પુડો કરી પ્રથમ સમુદ્રમાં ફેંકી દેવો. જોઈએ અને ત્યારપછીજ  
પ્રભુ પાસે આવવું એજ પ્રમાણે સઘળા સમર્થ આચાર્યોએ કહ્યું છે  
અને કયું છે.”

x x x x x

“જે જે મહાન કાર્યો થયા છે અને થાય છે, તે હૃદય અને  
મગજનાજ પરિણામ છે અને નહિ કે પૈસાના-અર્થાત્ નાણુ કામ  
કરતું નથી, પણ મગજશક્તિ અને હૃદયખળજ કામ કરે છે.”

( “સ્વામી વિવેકાનંદ” ભાગ ૬-૭ માંથી )

ભારતવાસી! વિચાર કર કે,

“ખીજાઓના આવા અધમ અનુસરણથી, ખીજાઓના ઉપર આમ  
આધાર રાખવાથી અને આ તારી ખાયલાને છાજે તેવી અધમ નિર્બળ-  
તાથી બહાદુરોનેજ મળી શકે તેવા સુખ-સ્વાતંત્ર્યને શું તું કાઈકાળે  
પણ મેળવી શકીશ?”

તું ભૂલી જતો નહિ કે,

“તારી સ્ત્રીઓનો આદર્શ સીતા, સાવિત્રી અને દમયંતી છે? જે  
દેવને તુ પૂજે છે તે મહાત્યાગી ઉમાપતિ-શંકર છે? તારૂ લગ્ન, દ્રવ્ય  
અને શ્રવન ઇન્દ્રિયગુણને માટે નથી; તેમ તે તારા એકલાનાજ સુખને  
માટે પણ નથી. તારો જન્મ માતૃભૂમિના યતમા બલિદાનને માટેજ  
છે; અને તારું સામાજિક બધારણ પ્રભુપ્રેમનું પ્રતિજ્ઞિયજ છે.”

હે ભાઈ! ગર્વથી બોલ કે,

“પ્રત્યેક ભારતવાસી-ભીખારી, અજ્ઞાતી, અરણ્ય અને નિરાધાર  
ખાળક પણ મારો ભાઈ છે.. મારા પ્રાણુમમાન છે. ભારતદ્વિનિ

મારું શ્રેષ્ઠ સ્વર્ગ છે અને તેના ભલામાજ મારું ભલુ સમાધ રહેલું છે.”

રાતદિવસ પ્રાર્થના કર કે,

“ઓ ગૌરીપતિ! ઓ જગદમ્યા ! મને મનુષ્યત્વ-શૌર્ય આપો.”

( સ્વામી વિવેકાનંદ )

રાષ્ટ્રવૃક્ષનાં ખરાં મૂળ, ખરૂં દાન કયું ?

રાષ્ટ્રનાં મૂળ-સ્ત્રીઓ, બાળકો તથા ગરીબલોકો કે જે રાષ્ટ્ર(દેશ)-રૂપી મહાવૃક્ષના મૂળતરીકે છે, અને જેમની ઉત્તમતા ઉપરજ હરકોઈ દેશનો ખરો આધાર રહેલો હોય છે, તેમના શિક્ષણ તથા ઉન્નતિ તરફ તો હિંદુસ્તાનમાં કોઈ લક્ષ્યજ આપતું નથી !

ઉચ્ચ ગણાતો વર્ગ કે જે વિશેષ કરીને આ રાષ્ટ્રવૃક્ષમાં ફળરૂપે કહી શકાય, તે ફળ ઉપયોગમાં ન આવતા માત્ર શોભાની વસ્તુ-તરીકે ઝાડની ઉપરજ લટકેલા રહે તેમ કરવા પાછળજ આપણે સર્વ સમય ગુમાવવો જોઈએ નહિ; નહિ તો ઉક્ત મૂળીયાં પોષણના અભાવે છેકજ શુષ્ક થઈ જતા પરિણામે આખું રાષ્ટ્રવૃક્ષજ સૂકાઈ જશે ! અને એ ફળ પણ એમના એમજ સૂકાઈ ખરી પડીને સડી જશે !

ધ્યાનમાં રાખો કે, એ શોભાતા ફળો કરતાં આ મેલાધેલાં મૂળીઆંરૂપી ગરીબલોકો, સ્ત્રીઓ અને બાળકોવડેજ રાષ્ટ્રની ખરી ઉન્નતિ થનાર છે.

x

x

x

x

x

સર્વ દાનમાં વિદ્યાદાનજ શ્રેષ્ઠ છે. જે કોઈ મનુષ્યને તમે એક-બે દિવસ ભોજન કરાવશો, તોપણ બીજે દિવસે તેને પાછી ભૂખ તો લાગશેજ ! પણ જે તમે તેને એકાદ કળા શીખવશો તો તમે તેને જીવનપર્યંતના ભોજનનું દાન કર્યા જેવું થશે; પરંતુ એ વિદ્યા, ધંધો યા તો કળા એવી હોવી જોઈએ કે તેથી કરીને તેના જીવનનું પોષણ અને સાર્થક થાય. સદાકાળ ભિખારી રહેવા કરતા જોડા બનાવવા જેવો એકાદ ઉપયોગી ધંધો કરવો એ પણ વિશેષ શ્રેયસ્કર છે !

દેશમાંના અપવાસી:-ભૂખે મરતા નારાયણોની અને મહામહે-

નત કરનારા વિષ્ણુઓની પૂજા કરો !

(સ્વામી રામતીર્થનાં લખાણોપરથી)

પરોપકારના તડાકા:-તમારા આહાર-વિહાર પાછળ, સારા-નરસા પ્રસંગો પાછળ અને મોજ-શોખ પાછળ હજારો રૂપિયા ઇંકરાની માફક ઉડાવો છો અને ખીજી તરફ તમારા પાડોશીના બચ્ચાને સૂકો રોટલો પણ ન મળે ! ભલે તે મરે કે જીવે, પણ આપણા ધરના માણસો સુખી રહે એટલે બસ ! અને એમ છતાં પણ તમે જીવદયા અને પરમાર્થની મોટી મોટી વાતો કરો છો !

(શ્રીરામકૃષ્ણ કથામૃતમાંથી)

બહારનો ડોળ:-બહારના ડોળથી તમે કદાચ સઘળા લોકોને થોડો વખત આજી શકશો અથવા કદાચ થોડા લોકોને સઘળો વખત પણ આજી શકશો; પરંતુ યાદ રાખજો કે, સઘળાજ લોકોને સઘળો વખત તો તમે આજી શકવાના નથીજ. (લિંકન)

“બેવકુફોનો ઘાટો-એટલામાટે મોટો હોય છે કે, તેમ ન હોય તો તેમનું કોઈ સાલજેજ નહિ.” (ગ્લૅડસ્ટન)

“પરોપકાર કરવો-ખીજીની એવા કરવી, ને તેમ કરવામા જરાએ મોટાઈ ન માની લેવી, એ ખરી કેળવણી છે.”

“શિક્ષણ એટલે અક્ષરજ્ઞાન નહિ, પરંતુ ચારિત્ર્યની ખીલવણી-ધર્મભાવનું લાન.”

“જગતને વધારે વિચાર છુ, તેમ તેમ વધારે સમજાય છે કે, તવંગર થવા કરતા ગરીબ રહેવામા વધારે આશ્વાસન છે. x x x ગરીબાઈના ફળો વધારે સુદર અને વધારે ગીદા છે.”

“એક પછી ખીજું એમ પુસ્તકો વાચતા છેવટે તમે અંતઃ-વિચાર પણ કરી શકશો.”

“સુદામાજીનું ચરિત્ર તો હું વાંચી ગયો હતો. તેની અને નરસિંહ મહેતાની ગરીબાઈની દરિદ્રાઈ કરવાનો મને હિત્સાદ આવ્યો અને છે.”

“આપણું પહેલું સૂત્ર એ છે કે, આત્માને જાણવો. એ પાઠ લ-



હયા-નહયા પછી બધું પોતાની મેળે ઉકેલીને સમજી શકાશે.”

“જ્યારે હું અંતકાળને કિનારે છું એમ મને લાગ્યું, ત્યારે ગીતા-જ મારા અતરનો વિશ્રામ હતી.”

“પુસ્તકોમા હું ચુંથાયલો રહી શકતો તેથી મને બે માસ વધારે જોલ મળત તોપણ હું કાયર નહિ થાત, એટલુજ નહિ પણ મારા જ્ઞાન-માં ઉપયોગી વધારો કરી શકવાથી હું ઉલટો વધારે સુખચેનમા રહેત. હું માનું છું કે, જેને સારા પુસ્તકો વાચવાનો શોખ છે, તે ગમે તે જન ગ્યાએ એકાતવાસ સહેલાઈથી વેઠી શકે છે.” (મહાત્મા ગાંધીજી)

“જે સ્વદેશખુશ્મોના દુ ખેદુઃખી નથી થતો તે પશુથી પણ નીચ છે.”

“પ્રભુની ઉદારતા ઈચ્છનારે તે પ્રભુના સત્તાનરૂપ આ સૃષ્ટિની સાથે લલાઈ કરવી જોઈએ.”

“મોટાઈનું માપ ધન ઉપર નથી, પણ હૃદય ઉપર છે.”

“ધનના વધવાની સાથે તૃષ્ણા પણ વધતીજ જાય છે.”

“પ્રભુ સર્વની સલાખ લઈ રહ્યો છે તોપણ સમજી માણસનો તો (તેના પોતાના કલ્યાણને ખાતર) ધર્મજ છે કે, સહાયપાત્રને સહાય આપવી.”

“સંપત્તિ જીંદગીમાટે છે, જીંદગી સપત્તિમાટે નથી.”

“બે માણસોએ વૃથાજ શ્રમ ઉઠાવ્યો છે, એક તો એ કે, જેણે ધન એકત્ર કર્યું છે, પરતુ તેણે ભોગવ્યું કે દાનમા આપ્યું નથી; અને બીજો એ કે, જે લણ્યો છે ખૂબ પણ જેણે અનુભવ મેળવ્યો નથી. આવા માણસો સોનાથી અને પુસ્તકોથી લાદેલા ખચ્ચરો જેવાં છે.”

“બે માણસ જગતના મોટામા મોટા દુશ્મન છે, એક તો નિર્દય રાજકર્તા અને બીજો અજ્ઞાની બેખધારી.”

“હે ભુલભુલ ! તુ તો વસતની આનંદવાર્તાજ કહે અને ખરાબ વાત કહેવાનું ધ્રુવકમાટેજ રહેવા દે.”

(સસ્તા સાહિત્ય તરફની “ટુંડીવાર્તાઓ” ભાગ ૭ મા માથી)

“સત્ય” અથવા તો જગતના “સુખ-ચેન” એ બેમાથી ગમે

તે પસંદ કરવાની તક ઈશ્વર દરેક અંતઃકરણને આપે છે એમાથી ગમે તે એકજ તમે લઇ શકશો-બન્ને એકસાથે તમને કદી મળવાના નથી.”

x

x

x

“હવેલીઓમા રહેનારા ધણા માણસો અસંતોષ અને મદથી પૂછે છે કે, જીદગી આવી બોજનરૂપ અને કટાણાલરી કેમ છે? ત્યારે બીજી તરફ એવા પુષ્કળ માણસો છે, કે જેઓ ગરીબમા ગરીબ અને ઝું-પડીઓમાં રહેવા છતાં પણ ઈશ્વરનો અખૂટ પ્રેમ અનુભવે છે અને માની લે છે કે, ઈશ્વરકૃપાથી આપણે નવેનિધિ અને અષ્ટમહાસિદ્ધિ છે.”

x

x

x

“પોતાના હૃદયના વિકાર ધોયાવિના બીજનુ લલુ કરવા દોડનારો માણસ, કાદવવાળા પોતાના હાથવડે બીજનુ મો લૂછવા જનારના જેવો છે.”

x

x

x

“यस्यास्ति सदृग्रंथ विमर्शभाग्यं किं तस्य शुष्कैश्चपला विनोदैः”

અર્થાત્ જેના ભાગ્યમા સારા સારા ગ્રંથો વાચવા-વિચારવાના હોય છે, તેને અંચળ લક્ષ્મીના શુષ્ક વિનોદ શી ગણતરીમા છે?

ચારિત્ર્યની એક મુઠ્ઠી જ્ઞાનના હજારો મણ કરતા વધારે છે.

આપણી સ પતિનો આધાર આપણી ક્રમાવાની શક્તિપર નથી, પણ આપણી ત્યજવાની શક્તિપર છે

તમારા પોતાના કૃત્યસિવાય બીજ કશાથી તમારી આબરૂને ખરી રીતે ઘોઠો લાગશે નહિ.

स्वार्थभय छवन गाणपुं એનું નામજ પશુતા; પરાર્થભય છવન ગાણપું એનું નામ મનુષ્યત્વ.

ખાલી વિચારકો કરતા કાર્યવાદકોની દિદને ઘણી જરૂર છે

પીવાના પ્યાલાને મોટે માડતા પહેલાં ધોળો

શાળાઓનો વખત મવારસાજનો ક્યારે સાલળીયું?

મહાત્માઓના છવનચરિત્રો એજ ખરે દર્શનદાસ છે.

મિત્રોની પસંદગી એજ યુવાવસ્થાની ખરી કસોટી છે.

પુસ્તકોનો સ્નેહ એ ઈશ્વરના રાજ્યમા પહોચવાનો પરવાનો છે.

ખરાબ ચોપડીનું વાચન એ ઝેર પીવા સમાન છે.

મહેલોથી તથા અખૂટ ભડારથી જે સતોષ નહિ મળે, તે સંતોષ ઉત્તમ પુસ્તકોમાથી પ્રાપ્ત થશે.

જેણે કદી ભૂલ કરી નથી, તેણે કદી કાર્ય કયું નથી.

એટલા બધા કાર્ય એકી સાથે શરૂ ન કરો, કે જેથી તમારું એક પણ કાર્ય સારી રીતે થઈ શકે નહિ.

“આપણે ક્ષુદ્ર પ્રાણી હોઈએ તેમા આપણા ભાગ્યનો નહિ, પણ આપણા પોતાનોજ દોષ હોય છે x x ગમે તેવા દુર્ભાગ્યમા પણ આપણે મોટા પ્રમાણમા ફેરફાર કરી શકવા સાથે આપણું હવે પછીનું ભાગ્ય પણ જેવું રચવું હોય તેવું રચવાને શક્તિમાન છીએ”

x

x

x

હવે એક મિનિટ પણ ટકી શકાશે નહિ, એમ તમને લાગે અને પ્રત્યેક વસ્તુ તમારી વિરુદ્ધ જતી લાગે, ત્યારે પણ તમે પ્રયત્ન છોડી દેશો નહિ; કારણકે ખરોખર તેજ સમયે કિસ્મતનું ચક્કર ફરી જશે.

x

x

x

આજસુ થઈને રાહ જોયા કર નહિ; કેમકે ભાગ્યદેવી પણ એવી આજસુ છે કે, તે પોતાની મેળે તો કદી પણ તારી પાસે આવશે નહિ.

x

x

x

નિશ્ચિત ઉદ્દેશ ધરાવનાર મનુષ્યોએજ દર વખતે જગતનું સ્વરૂપ ફેરવ્યું છે.

x

x

x

પાસે પાઈ ન હોવી એ કંઈ ગરીબાઈ નથી, સંસ્કૃતિનો વધારો કરનાર માણસ ભિખારીની અવસ્થામાં મરણ પામે તોપણ તે પૈસા-દાર છે; અને ભવિષ્યની પ્રજા તેવુંજ સ્મારક ઉભું કરવાની

“ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ”

અંધોની શક્તિ—“ ગરીબ લોકોને દરિદ્રતામાંથી બહાર ખેંચી કાઢવાની, કંગાલ લોકોને તેમના દુ.ખોમાંથી મુક્ત કરવાની, ભાર ઉચકનારને તેના બોળનું વિસ્મરણ કરાવવાની અને ખિમાર માણસોને તેમનું દર્દ બૂલાવી દેવાની અથોમા જેટલી શક્તિ હોય છે, તેટલી શક્તિ ધણું કરીને ખીજ કાઢ પણ ચીજમાં હોતી નથી.” “ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ”

અત્યંત આવશ્યકતા—“લોકોની નૈતિક અને આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવા માટે પ્રાચીન ઋષિ-મુનિઓના અથોના ભાષાતર થવાની અને પશ્ચિમ તરફની પણ ઉપયોગી બાબતોની માહિતી દેશી ભાષામાં આપવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે.” “રાજ રામમોહન રાય”

## ૮૪-આંખોની સંભાળ-કેવી રીતે વાંચવું ?

- (૧) આંખો ખેંચવી પડે એવા થોડા અન્નવાળામાં કદી વાંચવું નહિ.
- (૨) વાંચતી વખતે ડોકુ નીચું નમાવી કદી વાંચવું નહિ ખરાબર દસ્કત ના ઉકેલે તો ચોપડી આંખો પાસે લાવો, પણ વાંચતી ચા લખતી વખતે ડોકુ તો ટટારજ રાખો.
- (૩) આ વાત કદી ભૂલતા નહિ કે, તમારી આંખની દિમત કાઢી પણ ચોપડી કરતા વધારે છે અને તમારી આંખપરજ તમારા રક્ષણ તથા ફતેહનો મુખ્ય આધાર છે.
- (૪) વાંચતીવખતે તમારી ચોપડી આંખોથી ઘુમારે ચૌદ ઇંચ દૂર રાખો.
- (૫) જ્યારે જ્યારે તમે ખારી આગળ અથવા દીવાના પ્રકાશથી વાંચતા હો, ત્યારે એવી ગોઠવણ કરો કે, તે અન્નવાળું કા તો તમારા માથા ઉપરથી અથવા તો ડાબી બાજુથી આવે. સામે પ્રકાશ રહેવાથી આંખોનું તેજ ધટે છે.
- (૬) થોડી થોડી વારને અંતરે ચોપડીની બહાર જગ વાર જોતા રહીને કે આંખો બિલકુલ બંધ કરના રહીને તેને આરામ આપવો.
- (૭) ચોપડી ઉપર સૂર્યના કિરણ પડતા હોય એવી રીતે કદી પણ વાંચવું નહિ.

- (૮) તમારી આંખો સવારસાજ ચોખ્ખા અને ઠંડા પાણીથી ધોળે અને ફરવા જાયો ત્યારે લીલા ધાસ અને દૂરના ઝાડો તરફ લાખી નજર નાખજો.
- (૯) આગગાડીમાં અથવા દોડતી ગાડીએ કદી વાચવું નહિ.
- (૧૦) હીંચકો કે આરામખુરશીપર ખેસીને કદી વાચો નહિ, ટટાર ખેસીનેજ વાચવું.
- (૧૧) જે દીવેથી વાચો તેનો પ્રકાશ પૂરતો અને સ્થિર હોવો જોઈએ અને તે પ્રકાશ આંખોપર ન પડતા ચોપડીપર પડે તેવી રીતે કાગળ કે કપડાની આડ રાખવી.
- (૧૨) સીનેમેટોગ્રાફ તમારી આંખો ખગાડશે

## ૮૫-નિર્જનતાને આરે

(લેખક:-વાસવાણી, “સૌરાષ્ટ્ર” તા.૨૮-૧૧-૨૫)

નિર્મળ આસ્માન નીચે, ક્રોધ વેરાન ગામને તીરે, તેની નિર્જનતાને મારી ખંદગીના સૂરોથી ભરતો હું ઉભો છું. પાસેજ નદીમા પ્રલય-તોફાન ગાળે છે અને ઝંઝવાતના ભીષણ ધમસાણુ ધુધવે છે; પણ એથીયે વિશેષ ભીષણુ ધમસાણુ તો મારા અંતરમા મચ્યા છે, કારણુ કે મારી માતાના વદન ઉપર વિષાદ છવાયો છે

પક્ષીઓ તેમના મધુર ગીત ગાય છે અને વન વનમાથી કલ્લોલના સૂર ઉઠે છે, સુધાકર સુધા વરસે છે અને તારકો તેમનો સૃજનજૂનો સંદેશ પાઠવે છે; પણ મારા અંતરમા ઉદ્વેગ ઉભરાય છે, કારણુકે મારી જનની જંજીરાતું દુઃખ વેઠે છે.

કૃષ્ણચંદ્રના અને શુદ્ધ ભગવાનના આર્યાવર્તમા લાખોના પગમાં ખેડીઓ પડી છે, કરોડો ક્ષુધાથી પીડાય છે. આર્યાવર્ત જગતસન્મુખ ચીંથરેહાલ, ગમગીન, દીન બનીને ઉભો છે. તેનો એ અમર સંદેશ, વિશ્વની સંજીવનીસમો એ પ્રભુ-પ્રબોધિત ધર્મ ઉદ્બોધવાને આજે આર્યાવર્તના હોઠ પણ ઉઘડતા નથી; અને એથી મારા અંતરમા

વેદનાનો દાવાનળ સળગે છે. કારણ કે મારી માઠીના બાળકો અક્રિયન છે, કારણ કે મારી જનનીનું ઘર લૂટાય છે, કારણ કે મારા બધુઓ ઉપર દરિયાપારના વાસીઓએ આક્રમણો આદર્યા છે.

છતાં, આ પુરાતન દેશના દુઃખનો કિનારો દૂર નથી, એવી આશાની વાણી ગિરિ-શિખરોપરથી સભળાય છે અને આપણી લડતને અંતે માતાને શિરે વિજયનો મુગટ મકાશે એવા ત્રેરણા-વચન ભારતના પયગંબરો ભણે છે.

કરી વાર પક્ષીઓ તેમના મધુર ગીત ગાય છે અને વન વનમાથી કલ્લોલના સૂર ઉઠે છે, સુધાકર સુધા વરમે છે અને તારકો તેમનો સૃજનજૂનો સદેશ પ્રકાશે છે. એ નીરખી મારા અંતરમા આશા ઉભરાય છે, ઉત્સાહની ભરતી ચઢે છે, શ્રદ્ધા પ્રગટે છે.

આર્યાવર્તના ઓ પુત્રપુત્રીઓ! ઓ સર્વપુરાતન ભારતવર્ષના સંતાનો! જાગો, અને પ્રભાતના પ્રકાશથી ઝળહળતા નમારી જનનીના-ભારત-માતાના તેજસ્વી મુખારવિદના દર્શન કરો, એ જગતકલ્યાણિની જગદંબાની પૂજા કરો.

## ૮૬-પ્રાતઃકાળની શાંતિ-રોજ વહેલા ઉઠો.

( લેખક-વેલજી દેવરાજ, “લોહાણા હિતેચ્છુ”-તા ૧૭-૧૨-૨૫ )

પ્રાતઃકાળનો સમય આખા દિવસમા સૌથી અગત્યનો, આપણા જીવનની પ્રવૃત્તતા અને નિર્મળતાનો નિયામક છે. પ્રાતઃકાળમા આપણું મન કારા કાગળ જેવું ઉપાધિરહિત, ખીલતા પુષ્પના જેવું હોય છે.

જેવી રીતે માનવજીવનમા બાલ્યાવસ્થા એ આખા જીવનના ખીન્નરોપણનો ભાગ છે-મૂળ છે, તેવીજ રીતે આખા દિવસમા પ્રાતઃકાળ એ મૂળરૂપ છે. જેનું બાલ્યજીવન સરકારી ન ચલુ તેનું પક્ષીનું જીવન જેમ મોટે ભાગે નિર્ચરક જાય છે, તેમ જેણે પ્રાતઃકાળ કાગટ શુભાવ્યો તેનો આખો દિવસ એજે જાય છે.

પ્રાતઃકાળમા ઉઠતાની સાથે એકાગ્રચિત્તે દધિરસમરણ કરી આપણા

હૃદયના દાર પરમાત્મા તરફ ખુલ્લા રાખી અપૂર્વ શાન્તિપૂર્વકે શુદ્ધ ભાવનાવડે સ્તુતિ કરવાથી આપણુ જીવન દૈવી, નિર્મળ અને ઉપાધિ-રહિત થાય છે. આપણા જીવનને ઉત્તમ બનાવવામાટે પ્રાતઃકાળનો સમય કિંમતીમા કિંમતી છે.

ગદ્ય કાલના બધા દુ ખોનું વિસ્મરણ થતા, બધા દુ ખો મટી જઇ આજે પ્રાતઃકાળથી શાન્તિપૂર્વકે જીવનની શરૂઆત કરવાથી આપણું હૃદય હલકુ થાય છે. જે કારણોથી દુ ખો ઉત્પન્ન થાય તે કારણો દૂર કરી નિર્મળ જીવન ગાળવા પ્રયાસ કરવાથી અપૂર્વ શાન્તિ પ્રાપ્ત થાય છે.

દરરોજ નવો આરભ થાય છે, દર સવારે નવી દુનિયા જન્મે છે. દુ ખા અને પાપથી કંટાળેલા ઓ મનુષ્યો! જુઓ, જુઓ, તમારે વાસ્તે તેમજ મારે માટે-દરેકને માટે આશાનું નવું કિરણ સ્ફુરે છે.

ભૂતકાળ ભૂતમા લીન થઇ ગયો, કામ થઇ ગયા, આસુ રેડાઈ ગયા, ગદ્ય કાલની ભૂલો ગઈ કાલે ઢાકી દીધી, ગઈ કાલના અસહ્ય ધા શાન્તિ-જનક રાત્રિના પ્રભાવથી રૂઝાઇ ગયા.

પ્રાતઃકાળના સમયમા કેટલી બધી પ્રેરણા રહેલી છે ! જે પ્રાતઃકાળના સમયનો સદુપયોગ કરવામા આવે તો આપણા જીવન-ધણા દુ ક સમયમા વહેલા ઉઠવાથી મન એટલું બધું પ્રકૃત્વિત રહે છે અને તે સમયે કરેલી શુદ્ધ હૃદયની પ્રભુપ્રાર્થના એટલી બધી સફળ નિવડે છે, કે જેથી આપણું જીવન કાંઈક ઓર પ્રકારનું બની જાય છે, આપણા જીવનમા નવીન પ્રકારનું જેર આવે છે, આપણા જીવનમા નવીન પ્રકારની શાન્તિ આવી જાય છે અને આખા દિવસના કાર્યોમા પણ સફળતા મેળવી શકાય છે.

જ્યારે જ્યારે આપણે પ્રમાદને વશ થઇ પ્રાતઃકાળનો સમય ગુમાવી નાખીએ છીએ, ત્યારે ત્યારે આખા દિવસની રસિકતા ખોઇ ખેસીએ છીએ; એટલુંજ નહિ પણ આખો દિવસ લગભગ નિર્થક જાય છે.

જેમણે પ્રાતઃકાળમા નિયમિત રીતે ઉઠવાની, ઉઠીને ક્રમાનુસાર નિસ્કર્તવ્ય કરવાની યોજના ઘડી રાખી છે અને તે પ્રમાણે જે વર્તે

છે, તેમના જીવનમાં ઘણા પ્રકારે ફેરફાર થયેલો આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈ શકીએ છીએ.

જે વિદ્યાર્થી પ્રાત કાળમાં વહેલો ઉઠી પોતાનો અભ્યાસ કરે છે, તે પોતાના અભ્યાસમાં સફળતા પ્રાપ્ત કર્યાવિના રહેતો નથી પ્રાત-કાળના એક કલાકની સરખામણી ત્યારપછીના બે-ચાર કલાક સાથે પણ કરી શકાય નહિ; કારણકે તે વખતે પુષ્કળ શાંતિ હોય છે અને કોઈપણ પ્રકારની ઉપાધિ ન હોવાથી ઘણું સારું કામ થઈ શકે છે.

પ્રાતઃકાળમાં વહેલા ક્યારે અને કેવી રીતે ઉઠી શકાય ? આ પ્રશ્ન આપણને સહેજે ઉપસ્થિત થશે. જેવી ટેવ પાડીએ તેવી પડી શકે છે. જો સવારે વહેલા ઉઠવાની ટેવ ન હોય તો વહેલા એકાદ બે માસ બહુજ મુશ્કેલ લાગશે; પણ ટેવ પડી ગયા પછી એટલો બધો આનંદ થશે અને તે ઉપરાંત જીવનમાં પ્રયુક્તતા આવી જશે કે બે માસ સુધી ભોગવેલી મુશ્કેલી સહેજે ભૂલી જવાશે.

કેટલાકને સવારે વહેલા ઉઠાડવાની જરૂર પડે છે, ત્યારે કેટલાક ધડિયાળમાં ઘટડીની ચાવી રાખી ધારેલા સમયે ઉઠી શકે છે. આ બધું છતાં નીચેની બે બાબતોપર ખાસ લક્ષ્ય આપવાની જરૂર છે; કારણકે તે બાબતો પ્રમાણે વર્તવામાં આવે તો વહેલા ઉઠવાની ટેવ પાડવાનું સુગમ થઈ પડશે.

૧-રાત્રે સૂતા વહેલા ઓછામાં ઓછા બેથી ત્રણ કલાક પહેલાં જમી લેવું જોઈએ. જમીને તુરંત સૂવાથી મોકું ઉડાય છે.

૨-રાત્રે સૂતી વખતે સવારે વહેલા ઉઠવાનો દંડતાપૂર્વક નિશ્ચય કરવાથી ધારેલે સમયે ઉઠી શકાય છે.

પ્રત્યેક વાચક આ બાબતોપર વિચાર કરી પોતાના જીવનમાં ઉતારશે, તો તેમને કાયદો થયા વિના રહેશે નહિ.



# ૮૭—સ્ત્રીજાતિના હૃદયને જરૂર સમજાવે, નહિ તો મોટા ગુન્હેગાર થશે.

( હિંદી માસિક 'ગૃહલક્ષ્મી' ઉપરથી )

મહાભારતમાં કહ્યું છે કે.—સ્ત્રી એ પ્રકૃતિની પુત્રી છે. તેના તરફ તુ કાપદ્વિષ્ટી જોતો નહિ. તેનું હૃદય કામળ છે. તેનાપર વિશ્વાસ રાખ. જે ઘરમાં સ્ત્રીઓનું માન નથી હોતું, તે કુળનો નાશ થઈ જાય છે. કાંઈ કહે છે કે, માતા મોટી છે; ત્યારે કાંઈ કહે છે કે, બાપ મોટા છે. મારા મત પ્રમાણે માતાજી મહાન છે; કેમકે તે સંતાનોના પાલનપોષણ જેવું કઠણ કાર્ય કરવા છતાં પણ તેનું મુખ અને ચિત્ત પ્રસન્ન દેખાય છે.

આચરન કહે છે કે:—પુરુષો ભલે હજારો કામ કરે છે; પરંતુ સ્ત્રીઓ તો માત્ર પ્રેમ રાખે છે અને પોતાની આખી ઉમર તેમાજ વીતાવે છે.

ખાલનક કહે છે કે:—સ્ત્રી, પ્રેમ, સરળતા, એ એકજ ચીજનાં જૂદા જૂદા નામ છે.

શેકસપિયર:—પુરુષ, એજ સ્ત્રીનું સૌભાગ્ય છે, એ વાત ખરી; પરંતુ જો તે પતિ સ્ત્રીપર પ્રેમ ન રાખે અને તેની સલાહ ન લે, તો તેની એવીજ હાલત થાય છે, કે જેવી હાલત એક જીતી લીધેલા માણસની કાળજી કે પરવા નહિ કરવાથી ખરાબ થાય—તેવી હાલત તેની થાય છે. એવી સ્થિતિમાં તે સ્ત્રીની આખોતુ તેજ મદ પડી જાય છે અને તેના જીવનનો નાશ થાય છે. આ પ્રમાણે થવા છતાં પણ એ સ્ત્રીજાતિની ખુબી તો એ છે કે, તેને અંદર ને અંદર કારી ખાવાવાળો ઉપદોષ જે રોગ મહાદુખી રાખે છે, તેની બીજા કાંઈને ખબર પણ પહોંચવા પામતી નથી. જેમ એકાદ ધાયલ કબુતર પોતાની પાખો ઢાંકી દધને પોતાનો ધા છુપાવી રાખે છે, તેજ પ્રમાણે સ્ત્રી પણ તેના શોક અને દુર્ભાગ્યને પુરુષવર્ગથી છુપાવી રાખે છે. પરિણામ એ આવે છે કે, તે આ પ્રમાણે ઝુરી ઝુરીને મરી જાય છે !

સ્ત્રીજાતિના હૃદયને સમજાવે, નહિ તો ગુન્હેગાર થશે. ૧૬૯

રામસરો કહે છે કે:-ઓ દેવિ ! તુ રાત્રિનો તારો અને દિવસનો હીરો છે. તુ ઝાકળના ખિંદુ જેવી છે, કે જેનાથી કાટાના મુખ પણ મોતીથી ભરાઈ જાય છે. જ્યારે તારી આખોતું તેજ અમારા હૃદયને શાત કરતું નથી, ત્યારે રાત્રિદિવસ અમારે માટે નિઃસત્વ છે અને ઉદાસીનતાથી ભરેલા રહે છે.

મેથુન હેરી:-સ્ત્રી પણ પુરુષના હૃદયથીજ ઉત્પન્ન થઈ છે, કાંઈ તેના મસ્તકમાંથી તે નથી ઉપજી કે તે પુરુષના ઉપર રાજ્ય ચલાવે. તેના હૃદયથી ઉત્પન્ન થવાને લીધે તે તો સદા તેના-પુરુષના ઉપર પ્રેમજ રાખે. એ તો પુરુષના હાથ નીચેથી ઉત્પન્ન થયેલી હોવાથી પુરુષજાતિના રક્ષણ નીચેજ રહે છે.

લૉર્ડ બેકન:-જે સ્ત્રી પતિવ્રતા હશે, તેનામાજ આત્મગૌરવ-સાત્વિક સ્વાભિમાન જણાશે, રહેશે.

હુરમુજ કહે છે કે-સુંદર અને સદાચારિણી સ્ત્રી પરમેશ્વરની સૃષ્ટિનું સર્વોત્તમ અને બહુમૂલ્ય રત્ન છે, કે જેને માટે દેવો પણ અભિમાન લઈ શકે છે.

ગોલ્ડસ્મિથ કહે છે કે:-સ્ત્રી, એ તો કાટાળી ઝાડીને ફૂલવાડી-માજ ફેરવી નાખે છે. અરે ! એ તો ગરીબમા ગરીબ માણસના ઘર-ને પણ “સંસારનું સુશીલ સ્વર્ગ” બનાવી દે છે.

લ્યુથર કહે છે કે:-મેં વારવાર જોયું છે કે, જે સ્ત્રીઓ કાંઈ પણ રસ્તે ધર્મશિક્ષણ-શુભ શિક્ષણને પ્રાપ્ત કરે છે, તો તેમનામા વિશ્વાસ, ઉદ્યમ, સાહસ અને ભક્તિના ગુણો પુરુષો કરતા કેટલાયે વધી જાય છે.

એલેક્ઝાન્ડર સ્મિથ કહે છે કે:-જ્યારે હું કાંઈ દેવીને જોઉં છું, ત્યારે હું જાણું ધર્મશ્રીની સન્મુખ ઉભો હોઉં, એમ મને લાગે છે. ધર્મશ્રી આ સંસારમા તારાઓ બનાવ્યાને લાખો વર્ષ વીતી ગયાં; પણ તુ (સ્ત્રીજાતિ) તો તેની છેલ્લામા છેલ્લીજ (બહુ આવડત અને કારી-ગરીવાળી) જણાય છે. તુ તો ચંદ્રની શાંત ગેશની છે, તેની સીનજ સ્નિગ્ધ કામળ ચદ્રિકા છે. તું તો હૃદયની શાંતિ છે. વદાસી પુત્રિ !

તુ આજેજ એવી છે, તો પછી મોટી થયા પછી તો વળી કેવી થઈશે તે કહી પણ કેમ શકાય !

પોપ કહે છે કે:-સ્ત્રીઓનું હૃદય હમેશા ક્રામળ અને શાંત હોય છે. તેમનામાં ક્રોધ તો હોતોજ નથી.

મિલ્ટન:-શાળાઓનું મહાનમા મહાન શિક્ષણ પણ તેના-માતા તરફના શિક્ષણ આગળ તુચ્છ છે, અને મોટાવિદ્વાન શિક્ષક પણ તેના આગળ તો ચકલીના ચીં ચીં જેવા છે. સુયોગ્ય માતાની તુલનામાં તેની બુદ્ધિ અને માન, એ તો સાચા મોટી આગળ સાધારણ પેથર હોય તેવા માલમ પડે છે. તેનું હૃદય પ્રેમ અને નીતિનું ધર છે અને તેની દૃષ્ટિમાંથી એટલું અમીતેજ ઝરે છે, કે જેને જોઈને સ્વર્ગના દેવ-તાઓ પણ તેને વંદન કરે છે !

કાલીડોસ:-એવી કયા ઉંચાઈ છે કે જ્યાં સ્ત્રી ન ચઢી શકે ? એવું કયું સ્થાન છે કે જ્યાં તે ન જઈ શકે ? હજારો અપરાધને તે ક્ષમા આપી શકે છે. કોઈ પણ વાતમા તે એક વાર નિશ્ચય કરી લે, એટલે પછી સંસારની કોઈપણ શક્તિ તેને રોકી શકે તેમ નથી અને તેને કોઈની પરવા પણ હોતી નથી. ઓ દેવિ ! તારા સિવાય સસારના પુરુષોના શા હાલ થાત ? પુરુષની નિરાશા, દિલગીરી, દુઃખ, દરિદ્રતા એ બધાં મળીને પણ તારા હૃદયમાંથી પ્રેમભાવને છીનવી લઈ શકતા નથી !

લૉર્ડ આન્ડર ચાલીડોસ કહે છે કે:-સ્ત્રીજાતિના પ્રતાપેજ આપણે ન્યાય અને ધર્મની મૂર્તિ બનીએ છીએ. તેની દિવ્ય જ્યોતિજ આપણા હૃદયના અવગુણોને દૂર નસાડી દે છે.

અનાતોલ ફ્રાન્સ કહે છે કે:-સ્ત્રી કોઈપણ પ્રકારનો વાયદો નથી કરતી; પરંતુ ઉલટી તે તો સમય આવતા પતિને માટે પોતાનું સર્વસ્વ સમર્પણ કરે છે. બીજા બાળુપર પુરુષ બહુ વાયદા કરે છે અને વળી વખત આવ્યે અવળા પણ થઈ જાય છે !

રવીન્દ્રનાથ કહે છે કે:-સુશીલ સ્ત્રી ઈશ્વરનો સૌથી ઉત્તમ પ્રકાશ છે અને તેના થકીજ તે સસારની શોભા વધારી રહ્યો છે.

દ્વિજેન્દ્રલાલ કહે છે કે:-કોઇ દુષ્ટ સ્ત્રી સાથે લગ્ન થવું, એ તો સંસારમા સૌથી મહાન દુઃખ છે, કે જે દુઃખદારાદશ્વિર પાપીઓને પણ ડરાવે છે-ધમકાવે છે.

અજ્ઞાત:-દેવીઓ ઇચ્છે તો સ્વર્ગને નરક અને નરકને સ્વર્ગ બનાવી શકે છે, ધનવાનને નિર્ધન અને નિર્ધનને ધનવાન બનાવી શકે છે.

એવું ક્યું કામ છે કે જે સ્ત્રીઓ ઇચ્છે ને ન કરી શકે? અને એવી ક્ષી બાબત છે કે જે તેની શક્તિની બહાર હોય?

સ્ત્રીરૂપી પુષ્પની પ્રેમરૂપી સુગંધ સમસ્ત સંસારને સુગંધિત કરે છે અને પુરુષોને ગમે તેવી સ્થિતિમાથી પણ શાત-સુખી બનાવી દે છે.

## ૮૮-પાણી સ્વચ્છ કરવાના કેટલાક ઉપાય

( 'ગૃહલક્ષ્મી' માથી; લેખિકા - કુમારી મુક્તાવલી )

વરસાદમા ઘણી ખરી જગાએ પાણી ગંદા થઇ જાય છે. ગલીકુંચી, મોરી વગેરે અપવિત્ર સ્થળોના પાણી નદી-તળાવોમા જઈ મળે છે, દ્વા-ઓમા પણ કોઇ ને કોઇ પ્રકારે આવાં તેવા દૂષિત પાણી પહોંચી જાય છે. વર્ષાઋતુમા ચોખ્ખુ પાણી પીવાનું ન મળે તો લાદરવા-આસોમા તાવની દહેશત રહે છે. આપણી બહુ ઓછી બહેનો પાણી સાફ કરી જાણે છે, તેથી હું તેમના હિતને ખાતર અત્રે કેટલાક ઉપાયો લખું છું.

૧-સાધારણ રીતે પાણી ગંદું હોય અને તેમા કોઇ પણ જાતના કીડા (રોગોત્પાદક જતુ) હોય એમ લાગે, તો એવા પાણીને તાજાના વાસણમા ૧૦-૧૨ કલાક સુધી રાખી મૂકીને પછી ગાળીને પીવાધી રોગનો ઓછો સંભવ રહે છે ગાલીઆની મરકીના સમયમા તો તાજાના વાસણનું પાણી અત્યંત નિર્ભય મનાયુ છે; કેમકે રોગના-ગાંડીઆ તાવની બિમારીના જતુઓને મારવાની તાજામા કોઈ અપૂર્વ શક્તિ રહેલી છે. આપણા પૂજ્ય વગેરેના વામણો ઘણેભાગે તાજાના રાખવા-મા ઋષિમુનિઓનીજ જુદી અને ડાપણુ રહેલા છે. તેઓ કોઈપણ બાબત સિદ્ધાંતસિવાય કરતા નહોતા.

૨-પાણી જે વધારે ગદ્દુ અને રગીન ( લાલ-પીળુ ) થઇ ગયું હોય તો એક ઘડા પાણીમા એક અથવા અર્ધાં નિર્મળી ( નિર્મળી એ એક જાતના ફળની મીઝનું-ખીનું નામ છે અને તે સર્વ ઠેકાણે મળે છે. ) ધસીને પાણીમા સારી રીતે ભેળવ્યા પછી જે ત્રણ કલાક સુધી તેમાની એ ભેળવણી તેમજ જે કાંઈ મેલા જતુ વગેરે હોય તે નીચે ઠરી જવા દેવું અને પછી ઉપરનું સ્વચ્છ પાણી નીતારી તથા ગાળી લઇને પીવું. ગંદામા ગંદુ પાણી પણ આવી રીતે નિર્મળ-સ્વચ્છ કરી દેવાના ગુણને લીધેજ તેનું નામ ' નિર્મળી ' પડ્યું છે. કહે છે કે, બદામની મીઝમા પણ ઉપરોક્ત ગુણ છે; પરંતુ આ લખનારે તેની કદી અજમાયશ નથી કરી. આપ ઇચ્છો તો અનુભવ કરી શકો છો.

૩-આ ઉપાય બહુ સરળ છે. ગદા પાણીના વાસણમા થોડોક પારો નાખો એટલે પાણી સ્વચ્છ થઇ જશે; પણ આ પ્રયોગ બાળકવાળા ઘર અથવા જ્યાં ઘણાં માણસો એકજ ઘરમા રહેતા હોય, ત્યાં સાવધાની-પૂર્વકજ કરવો જોઇએ, નહિ તો બાળક તેને કોઇ ખાવાની વસ્તુ સમજીને ચપાટી જાય અથવા તમારાથીજ ભૂલમા કોઇને પાઇ દેવાનો સંભવ છે.

૪-જ તુએને દૂર કરવામાટે પાણીને ઉકાળીને પછી ઠરવા દઇ પીવું જોઇએ. આ પ્રકારે સર્વ જાતના જતુ દૂર થાય છે, એમા શકાજ નથી, પણ એની સાથે સાથે પાણી પણ સત્વહીન થઈ જાય છેજ; કેમકે તેમાની કુદરતી ઓજસ-શક્તિ ઉકાળવાથી નાબૂદ થઇ જાય છે, છતાં પણ જ્યાં રોગની દહેશત હોય ત્યાં તો ખરાબ પાણી પીવા કરતાં ઉકાળેલું પાણી પીવું એજ સારું છે.

૫-ફૂવાને પણ સાફ રાખવાના ઉપાય બતાવીએ છીએ. ફૂવામાં પરમેંગેનેટ ઓફ પોટાશ નાખવાથી પાણી સાફ થાય છે. આ એક અંગ્રેજી દવા છે અને ભારતવર્ષમા સર્વ સ્થળે તે મફત વહેંચવામાં આવે છે. તે નાખવાથી બાર કલાક સુધી પાણી પીવા યોગ્ય રહેતું નથી; કેમકે તે લાલ થઇ જાય છે. એ પાણી લાલ રંગનું મટી જઇ સફેદ રંગનું થઇ જાય, ભારેજ તેને પીવાલાયક થયેલું સમજવું જોઇએ.

# ૮૯-રામનવમી-રામજયંતિનો ઉત્સવ

( “કર્મભૂમિ” તા. ૨૨-૪-૨૬ નો અગ્રલેખ )

( વાચનાર ! પ્રત્યેક રામનવમીના દિવસે નીચે આપેલા ઉતારાઓ વાચવા-વચાવવાનું, સાલળવા-સાલળાવવાનું ચૂકતાજ નહિ )

“રાવણના સેનાની છત્રની છાયાતળે અસુગે ઉન્મત્ત બનેલા હતા; રાક્ષસી સુર્પણખા આખા દેશને પોતાના ભીષણ અને કારમા નખોથી મયંકર રીતે ઉઝરડી રહી હતી; રાવણના મુખા-ખર અને દૃપણ-દેશ-મરમા અનીતિનું સામ્રાજ્ય માઠી રહ્યા હતા કુલકર્ણુ પ્રજ્ઞના મોટા ભાગને આખો ને આખોજ ગળતો હતો.”

“ઈશ્વરપરાયણ સાત્વિક બુદ્ધિવાળા વિભીષણે રાવણી રાજ્યના અધર્મ-ની સામે માથું ઉપાડ્યું, પરંતુ સામ્રાજ્યના મદથી ઉન્મત્ત થયેલા રાક્ષસોને વિભીષણના વેણસામે કાન ધરવાની ધુરસદ નહોતી-પરવા નહોતી. રાવણ તો પોતાના મહારાજ્યના દશવિધ ખાતાઓમા એક-મુખીજ કારભાર ખેડતો હતો, પ્રજામા એક શબ્દસુદ્ધાંયે બોલવાની સત્તા નહોતી-તાકાદ નહોતી, ને પોતાના નાનકડા ખેટમાં ખેટેલો રાવણ અનેક વેળાએ ગર્વથી છાતી ધુલાવતો.”

“રાવણ માનતો હતો કે, ‘હું જગતભરતનું ભલું કરવાનેજ સર-ખયેલો છું. મારી સત્તા સર્વોપરિ છે, મારું બળ અતુલ છે, મારી અ-રક્તિ સર્વશ્રેષ્ઠ છે. પ્રજાને રબડીને-તેને નીચોવીનેય જગતના મુખોને ઉપભોગ કરવાનું મારે કાજે મુલલ છે.’ રાવણની આમપાસના કાર-ભારીઓ રાવણના આ ગર્વને-તેના આ પાપને-પોપવામાજ પોતાના જીવનની ઇતિકર્તવ્યતા સમજતા હતા.”

“ને રાવણની લકાના માણસોની મનોદશા પણ કેવી હતી ? બિ-ચારા લોકો માનતા હતા કે, ધર્મનું પાલન એ તો દુર્બળ લોકોનું જ કાર્ય છે ! ધર્મના બધા ઇજારા-ધર્મની બધી ભાવના-ધર્મના બધા કાર્યો-રાજ અને રાજ્યમાજ સમાયેલા છે ! સત્રાટોની શક્તિઓ તો ધર્મથીયે

શ્રેષ્ઠ છે. સામ્રાજ્ય પોતાના હાથમા વિજયપતાકા લઇને જ્યારે જ્યારે ધુમી રહે છે, ત્યારે ત્યારે ભગવાન દિવસના ચંદ્રમાની પેઠે આકાશના કોઈ ખૂણામાજ સતાઇ રહે છે”

બહુ થયું, રાવણના પાપનો ઘડો ભરાઇ ગયો, ધરતીમાતાપરનો પાપનો ભાર અસહ્ય થયો. ધરતી સળવળી સરજનહારને શરણે ગઈ. ધરતીમાતાએ વેણ કાઢ્યા—“કૃપાનાથ ! આ પાપનો ભાર હવે નથી સહેવાતો, મારા ખોળાપરના માનવીઓની આસ્થા ભૂકો થઇ છે, તપસ્યા અને ધર્મપાલનનું આજની દુનિયામા નામેય નથી, સુરાપાનની આજે છોળો ઉડી રહી છે. વાતાવરણના આણ્યે આણુમા અત્યાચાર વ્યાપી રહ્યો છે. લકાની રાષ્ટ્રદેવી પહોરે પહોરે હજારો માણસોનો ભક્ષ માટે છે, દેવો સતાઇ ગયા છે. નાથ ! સર્વનાશ આવ્યો છે. ખચાવો !”

“અને જગદીશ્વરે પૃથ્વીને આશ્વાસન આપ્યું. ‘દેવિ’ શ્રદ્ધા રાખ. મનુષ્યોમા ઈશ્વરી અશ પ્રકટ થશે. વાનરોને હાથેજ રાવણ પરાભવ પામશે. વજ્રકાય, વજ્રકૌપીન બાળકો દેશમા પ્રગટ થશે, ધર્મની જાગૃતિ થશે. આ બધાને કારણે પરમાત્મા પ્રકટ થશે”

“પછી તો દશરથે તપસ્યા આદરી-ધર્મનો તેણે અગ્નિ ચેતાવ્યો. યજ્ઞ-પુરુષે પાયસરૂપી ચૈતન્ય આપ્યું થોડાક અમત્કારો થયા, કોઈ આગાહીઓ ઉઠી ને આવતા અવતારને ચરણે માથું નમાવવાને જનતા અધીરી બની.”

“પાપનો ક્ષય થયો, ધર્મનો ઉદય થયો, અવતારની ધડી આવી લાગી ને ભગવાન રામનો જન્મ થયો. કેવો તે દિવસે પ્રજાનો આનંદ !”

“રાવણ અને તેના રાક્ષસી કારભારીઓના અત્યાચારો તો જેવા ને તેવાજ ચાલતા હતા. કાચનમૃગ મારીચની રાક્ષસી માયાનો સત્યાનાશ હજી નહોતો મડાયો; પણ રામનો જન્મ થયો હતો ને ! પ્રજાએ ઉત્સવ માડ્યા.”

“પરધુરામા પીડાતી પ્રજાને રામજન્મનો આનંદ અનેરો હતો-અ-પૂર્વ હતો. રામ એટલે સત્ય, રામ એટલે ક્ષમા, રામ એટલે દયા ને રામ એટલે ધર્મ અને અસ્તેય !”

“રામે પોતાનું અવતારકાર્ય શરૂ કર્યું. પિતાના એક બોલને ખાતર

રામે રાજ્ય છોડ્યું, ધોળીને સંતોષવાને રામે સીતાને તબ્યાં; અન્યાય, અધર્મ અને અત્યાચાર સામે રામે દુશ્મનાવટ માડી. જનતાએ રામ-જન્મમા પોતાની મુક્તિ દીડી, સ્વાતંત્ર્ય જોયું, ધર્મરાજ્ય દેખ્યું.”

“ત્યારથી તે આજસુધી જનતા રામજન્મનો ઉત્સવ માડે છે તે અમરતો નથી”

## ૯૦—ભારતીય સેવકો અને આગેવાનો !

તમને કેમ આવી રાષ્ટ્રસંતતિની સુંદર સેવા નથી સૂઝતી ?

(હિંદી માસિક “ગૃહલક્ષ્મી” ઉપરથી)

અનાથ બાળકોને, તેમજ જેમના પાલનપોષણનું માતા પાસે પૂરતું સંધન નથી હોતું તેવા બાળકોને, ક્રાન્સમા “રાષ્ટ્રસંતાન” કહેવામા આવે છે. ક્રાન્સમા રાજ્ય તરફથી એવા કેટલાએ આશ્રમો ચાલે છે, કે જ્યાં ગરીબ માતાઓ અને બીજાઓ બાળકોને મૂકી જાય છે.

આ બાબતમા ક્રાન્સ પાસેથી બીજા રાષ્ટ્રોને ઘણું શીખવાનું છે. ક્રાન્સના લોકો સ્વીકારે છે કે, એવી ઘણી પરિસ્થિતિઓ છે કે જેમા સ્ત્રીને પોતાના બાળકનો ત્યાગ કરવો અનિવાર્ય થઈ પડે છે. આથી ત્યાં રાજ્ય તરફથી એક એવો વિભાગ ખોલવામા આવ્યો છે, કે જેથી બાળકત્યાગ કરવા કરતા સ્ત્રીઓ પોતાના બાળકને રાષ્ટ્રને દવાલે કરી દે; પણ પ્રથમ તો સ્ત્રીઓ પોતેજ પોતાના સંતાનનું પાલનપોષણ કરે, એવો પ્રયત્ન કરવામા આવે છે. આવા આશ્રમોમા એક દરવાજો એવો હોય છે, કે જે સ્ત્રીની જતી વખતે ઉઘડે છે અને તે અંદર પહોંચે છે એટલે તરતજ બધું થઈ જાય છે. આ રીતે સ્ત્રી એક એકાત ઓરડામાં પહોંચી જઈને ત્યાં તે કેટલીક વારસુધી એકલી રહે છે અને દિવાલો ઉપર ટાંગેલી લકીકતો વાચે છે. એ લકીકતો વાચતાં વાચતાં તેને સમજાય છે કે, બાળક રાષ્ટ્રને આપી દીધા પછી તેને તે કરીથી પાછું લઈ જઈ શકે નહિ. વળી રાષ્ટ્ર તેને કેવી રીતે પાળશે-પોષશે તે વાત પણ તેને સમજાય છે. એ પછી ઘોડી વાગે તેને બીજા ઓરડામાં આશ્રમ-



ના મંત્રી-સેક્રેટરી પાસે બોલાવે છે. સેક્રેટરી પ્રથમ, તો તેને બાળકનું પાલન-પોષણ જાતેજ કરવા સમજાવે છે તથા તેને રોજગાર વગેરે શોધવાની યુક્તિઓ બતાવે છે, અને સ્ત્રીને તે વાત પસંદ નજ પડે, તોપછી તે એક કાગળ લખીને તૈયાર કરે છે અને તેના ઉપર સ્ત્રી પોતાની સહી કરે છે અને બાળકને તેમને હવાલે સોંપે છે. એ પછી અમુક વખત સુધીમા તે પોતાનો વિચાર ફેરવતી નથી, તો તે બાળકના ગળામા એક સફેદ મણકાની માળા પહેરાવવામા આવે છે અને તે ઉપરથી તે રાષ્ટ્રની મિલકત ગણાય છે.

## ૯૧-શિવાજી કી પ્રતિજ્ઞા

જનની સમાન, જન્મભૂમિ કષ્ટ પા રહી,  
જકડી પડી અનાથ અશ્રુ હૈ બહા રહી;  
કોઈ નહીં સહાય, હાય હાય કર રહી,  
તન છીન, મન મલીન દીન આહ ભર રહી;  
સખ પાશ કાટકર ઇસે સ્વતંત્ર બનાઉં,  
તખ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૧  
આયે ન આર્યવર્ત મૈં ચે શત્રુ-ભૂપ હૈં,  
ઉતરે મનુષ્યવેષ મૈં નિશિચર સ્વરૂપ હૈં;  
મંદિર ખીગાડ, ઘર ઉગાડ કર સતા રહે,  
હિંદૂ સ્ત્રિયોં ને કયા ન અત્યાચાર હૈં સહે;  
ઇનકે સિરોં કી લેંટ લવાની કો ચઢાઉં,  
તખ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૨  
કીતને કુલોં કી માન મર્યાદા વિનષ્ટ કી,  
સીમા નહીં હૈં ગાય બેચારી કે કષ્ટ કી;  
મેરી પવિત્ર માતૃભૂમિ દલિત હો રહી,

માલિક બને હૈં આજ ઉસકે કોઇ ઔર હી;  
 ઈનકા મિટાઉં નામ હિંદૂ નામ બચાઉં,  
 તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૩  
 કિતને સિરોં સે ચોટિયાં જખરન ઉતાર લીં,  
 બદલે મેં ચોટિયોં કે યા ગરદન ઉતાર લીં;  
 ક્યા ક્યા કહું હા! સોચતે હી દિલ દહલ જાતા,  
 બાહોં ફડકતી ખૂન આંખોં ઉતર આતા;  
 ઈનકો પરાસ્ત કર વિજય કે કેતુ ફહરાઉં,  
 તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૪  
 એસી લગાઉ આગ યવનવન વિનાશ હો,  
 ઈસ અંધકારમેં પુનઃ સુંદર પ્રકાશ હો,  
 ઉલટી બહાઉં ધાર ગંગા કી પહાડ કો,  
 મૈં એક દાને સે હીળા હૂં ફેડ ભાડ કો;  
 કોઇ બચે ન શત્રુ એસી ખડ્ગ ચલાઉ,  
 તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૫

## હર-હર હર મહાદેવ

(ચાકન દુર્ગ છતને કે લિયે શિવાજી મહારાજ કા ચારણ મહારાષ્ટ્ર સિપાહિયો કો ઉત્સાહિત કરતા હૈં ઔર સૈનિકગણ ઉસકા પ્રત્યુત્તર દેતે હૈં.)

ચારણ -

ચાકન કે ઉત્તુંગ કિલેપર શત્રુ-પતાકા ફહરાઇ,  
 મહારાષ્ટ્રપર તુફીં દલ કી હીળ રહી હૈં પ્રભુતાઇ;  
 ઉઠો રાષ્ટ્ર કે ઉદ્ધલટ વીરો સુત દાગ કા મોહ તજો,  
 છુરા વ્યાગ્રનળ ખડ્ગ તીર સે વીર ખાંકુરે ખૂળ સજો. ૧

સૈનિકગણ:-

રાષ્ટ્ર હમારા ઘર હૈ, ઇસકે પહરેદાર સિપાહી હમ,  
 સોચ સમજકર રખના ઇસમેં તુર્કોં કે ઐ ભૂપ! કદમ;  
 આતે હૈં હમ આકન પર સે યવની ધ્વજ ગિરાને કો,  
 માતૃ-ભૂમિ કી છાતી પર સે તેરા કદમ હટાને કો. ૨  
 મહાકાલ ઉસ રુદ્રમૂર્તિ કી શક્તિ હમારી માતા હૈ,  
 મહારાષ્ટ્ર કી દિવ્ય દેવતા તન મન ધન કી ત્રાતા હૈ;  
 ગોપ્રાહ્મણહિત છોડ પ્રાણ હમ ધર્મધ્વજ ફહરાયેંગે,  
 ખડ્ગવજ સે શત્રુશૈલ કા મસ્તક તોડ ગિરાયેંગે. ૩  
 જીયે દેવતા જીજ્ઞાસા પૂર્વ દિશાસી કાન્તિમયી,  
 જુગજુગ જિયે શિવાજી ભાસ્કર જિનકી જવાલા તેજમયી;  
 કિરણ સદૃશ હમ ધિર જાયેંગે દિશા દિશામેં ફેલેંગે,  
 માર માર કર તુર્કોંકો હમ પૈરોં તલે મસલ દેંગે. ૪  
 ચઢે ચલો બાહલ સે વીરો તોરણ કે ચહું આર ધિરો,  
 ઉમડ ધુમડ કર બેહદ બરસો ટૂટ ટૂટ કર ખૂબ કરો;  
 માતા કા સ્તનપાન ક્રિયા હૈ ઉસે ન બદ્દા લગ જાયે,  
 છત્રપતિ કા માન બઢે જગ મેં શુભ ડંકા બજ જાયે. ૫  
 મહારાષ્ટ્ર કી આન રહેગી ગોપ્રાહ્મણ રક્ષિત હોંગે,  
 તુર્કોં દલ કી રુધિરનદી મેં વીર ચરણ વિપ્લુત હોંગે;  
 હિન્દૂપન કી લાજ બચેગી દેવાલય સજ જાયેંગે,  
 હોંગે હમ સ્વાધીન આજ ચોં વીરમૃત્યુ કો પાયેંગે. ૬  
 હર હર મહાદેવ

## ૯૩-આનંદસાગર બ્રહ્મની આરાધના

આનંદસાગર બ્રહ્મ આરાધીએ, એવું વેદવચન નિર્ધારે ને;  
આનંદમાંથી સૌ જગ ઉપજે, એવે આનંદે સંસાર ને. આ૦ ૧

અંતે આનંદમાં સરવે સમે, તે આનંદ અચલ કે'વાય ને;  
આણુ ને આદિ તે બ્રહ્મા લગી, સૌમાં સરખો આનંદ થાય ને. આ૦ ૨

આનંદ વિષયોમાં જે કેા કહે, તેને ગુરુની ગમ ના હોય ને;  
જડ વિષયોમાં આનંદ ના રહે, આનંદ ચૈતન્યમધ્યે નેય ને. આ૦ ૩

વિષયવિષે જે આનંદ થાય છે, તેનો નેને કરી વિચાર ને;  
ભમતી વૃત્તિ હોય છે જીવની, જેણી વિષય ઠરે છે ઠાર ને;  
તેમાં પડે પ્રતિષ્ઠિ બ્રહ્મનું, તેમાં છે આનંદ નિર્ધાર ને. આ૦ ૪

સૂક્ષ્મ અસ્થિ વિષે જ્યમ શ્વાનને, ખાતાં મુખનું લોહી લપટાય ને;  
ત્યમ ત્યમ ખાય ઘણું ખાંતે કરી, કારણ પોતે ના પ્રીછાય ને. આ૦ ૫

એમ વિષયમાં આનંદ જે કહે, તે નર શ્વાનસમા કહેવાય ને,  
વિષયો નિદ્રામાં રહેતા નથી, પણ આનંદનો અનુભવ થાય ને. આ૦ ૬

એથી સહજ સમાધીને વિષે, ઉપજે આનંદ કેરા ઓધ ને;  
એવો અક્ષય આનંદ માણવા, સદાય કરવો સાચો નેગ ને. આ૦ ૭

આનંદ વિષયોનો સઘળો વહે, ઇન્દ્રાદિક અજપદ કૈલાસ ને;  
છોટમ બ્રહ્માનંદ જેને મળ્યો, તે તો ન કરે કોઇની આશ ને. આ૦ ૮

## ૯૪-સૌ છે એનું એ.

( લેખક:-કલ્યાણજી વિકૃલભાઈ મહેતા )

### અંજની ગીત

દેશતણા દીવા પ્રગટાવ્યા, દેશમહીં હીરા નીપજાવ્યા;  
અણમૂલાં રત્નો કંઈ દીધાં, માતા એની એ.  
રામ અને દેવાંશી કૃષ્ણ, સતવ્રતધારી હરિશ્ચંદ્ર;  
સતી સીતાને દમયંતીની, જનની એની એ.  
શંકર ગહિતમ ને ગહિરાંગ, નાનકે વીર વિવેકાનંદ;  
ધરમપ્રચારકે લક્ષ્મણની, ભૂમિ એની એ.  
વીર પ્રતાપ પૃથુ શિવાજી, ચાંદબીબી ને લક્ષ્મી જેવી;  
યુદ્ધવિશારદ વીર દેવીની, જન્મભૂમિ તે એ.  
શિયળનો શણગાર સજીને, જૈહરવ્રતમાં પ્રેમ ધરીને;  
ખળતી ખાળા લડલડ એતે, જન્મભૂમિ તે એ.  
કરે ન પાછી પાની સ્વામી, સુંદરીના સૌંદર્યે મોહી;  
ક્ષત્રાણીઓ લેટ ધરંતી, નિજ શિરની તે એ.  
દાદા ને સુરેન્દ્ર સરીખા, ગાંધી ને ગોપાળ સમાણ;  
દેશલક્ષ્મીનાં કીધાં લહાણાં, દાતા એની એ.  
રે! ગૌરવ સૌ નષ્ટ થશે શું? સુર ઇતિહાસો હુમ થશે શું?  
ઉઠો, જગો, પ્રાપ્ત કરોને, સૌ છે એનું એ.

# ૯૫-ગૃહદેવીઓનું મંગળ ગીત

( લેખક—નર્મદાશંકર ખાલાશંકર પંડ્યા )

અમે સ્નેહ ને સૌજન્યકેરી દેવીઓ રે લોલ,  
 અમે સ્વર્ગથી સંસારતટે ઉતર્યાં રે લોલ.  
 અમે શાન્તિ ને આનંદ બધે રેલીએ રે લોલ;  
 અમ હાસ્યમાં તો તેજના અંગાર છે રે લોલ.  
 અમે વાણીથી સ્વર્ગસુધા રેડીએ રે લોલ;  
 અમ નેણુમાંથી પ્રેમની ધારા ઝરે રે લોલ.  
 અમે ધાત્રીઓ સંસારની કહેવાઈએ રે લોલ;  
 અમે વીર કાંઈ ઉછૂંગમાં હુલાવીએ રે લોલ.  
 અમ ઉરથી અમૃતની શેરો ઝરે રે લોલ;  
 અમી પાઈને દેવાંશીઓ ઉછેરીએ રે લોલ  
 અમે વિશ્વના સંતાપ સર્વ ફેડીએ રે લોલ;  
 તપ્યા માનવીને છાંય શીળી આપીએ રે લોલ.  
 દુઃખી માનવીનું શિર અંકે રાખીએ રે લોલ,  
 અમે ઉતર્યાં રોતાનાં આંસુ લૂછવા રે લોલ.  
 અમ હાસ્યથકી શોભતો સંસાર છે રે લોલ;  
 અમે વિશ્વમાં સૌન્દર્યના અવતારશાં રે લોલ.  
 અમે કાન્તની માનીતી ગૃહદેવીઓ રે લોલ,  
 અમે રાજી તો પ્રભુ સદા પ્રસન્ન છે રે લોલ  
 અમે સ્વર્ગને સંસારમાં ઉતારીએ રે લોલ,  
 અમે સ્નેહ ને સૌજન્ય કેરી દેવીઓ રે લોલ.

## ૯૬—કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

( લેખક—કવિ શ્રી હરિશંકર શર્મા )

દેખ, દીનતા આર્યજાતિ કી, હોતા દુઃખ મહાન !  
સંકેટ સહ સહ સિસકે રહી હૈ, હા ! હા !! ઋષિસંતાન !

નષ્ટ હો ગયે સભી સુખ-સાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

ગાય, વિપ્ર, અબલાઓંપર હા ! હોતે અત્યાચાર !  
વીર કહાનેવાલો કાયર, સોચે પાંવ પસાર !

બચાવે કૌન આજ હા લાજ ?

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

દૂધ, દહીં, પટ, અન્નાદિક સે ભરે રહે ભંડાર,  
પર અખ દુકડે, ઔર ચીથડે તક કો હૈ લાચાર;

બન ગયે ઔરોં કે મહતાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

કિસી સમય જગતીપર જિનકા દમકા દિવ્ય દિનેશ,  
આજ વીર બનને કી ક્ષમતા રહી ન ઉનમેં શેષ;

કહો ફિર કૌન કહે સરતાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

મંદિર, મૂર્તિ, મઠોંપર ફિર સે હોને લગે પ્રહાર,  
ચોટી ઔર જનેઉ બચના હુવા હાય ! દુરવાર;

પુકારે પીડિત પડા સમાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?



# ઉત્તમ અને સસ્તું સાહિત્ય

અતિ ઉત્તમ ગ્રામિક ગ્રંથો

ગ્રંથનું નામ	પૃષ્ઠ	કદમૂલ્ય	મૂલ્ય
સંપૂર્ણ મહાભારત-શુદ્ધ ગુજરાતી ભાષાતર ૫૨૦૦	૬૧૧૧x૧૦	૩૬)	
શ્રીવાલ્મીકિ રામાયણ-૩૨ ચિત્રોસાથે.....૧૩૨૦	૬૧૧૧x૧૦	૬)	
તુલસીકૃત રામાયણ-૪૦ ચિત્રોસાથે .....૧૩૫૦	,,	૬)	
મહાભારતનું શાંતિપર્વ-નવી આવૃત્તિ..... ૯૦૦	,,	૫)	
ગિરધરકૃત શુદ્ધ રામાયણ .. ... ૭૮૪ પાનાx૬	૨૧		
અખાની વાણી-મનહરપદ સાથે .. ... ૫૦૦ ૫x૮	૧૧૧		
પ્રીતમની વાણી-સર્વથી મોટો મગ્નહ..... ૪૨૦ ૫x૬	૧૧૧		
છાટમની વાણી-ગ્રંથ ૧ લો. ... .. ૨૬૪ ,,	૧)		
છાટમની વાણી-ગ્રંથ ૨ લો તથા ત્રીજો છપાય છે. સત્વર બહાર પડશે.			
ધર્મતત્ત્વ-બકિમચરિત્રમાથે ... .. ૨૪૮ પાનાx૮	૦૧૧		
યોગતત્ત્વ ... .. ૩૮૪ ,,	૧૧		
શ્રીયોગવાસિષ્ઠ-મહારામાયણ બે ભાગમા. . . ૧૬૦૦ ૬૧૧૧x૧૦	૧૦)		
મહાભારતનાં આદિઅનેસભાપર્વ(૧લી આવૃત્તિ)૬૦૦ ૬૧૧૧x૧૦	૨)		
શ્રીદાસબોધ-નવી આવૃત્તિ ... .. ૬૨૦ પાનાx૮	૨૧૧		
શ્રીજાનેશ્વરી ભગવદ્ગીતા-નવી આવૃત્તિ ... ૭૦૦ પાનાx૬	૨૧૧		
શ્રીભગવતી ભાગવત-ઉત્તમ ભાષાતર ... ૮૬૪ ૬૧૧૧x૧૦	૪૧૧		
શ્રીમદ્ભાગવત-ઉત્તમ ભાષાતર... .. ૭૦૦ ૮x૧૧	૫)		
શ્રીરામકૃષ્ણકથામૃત-બે ભાગ ભેગા . ... ૬૫૦ ૫x૮	૨૧૧		
સ્વામી રામતીર્થ-ગ્રંથ ૧ લો-ભાગ ૧ થી ૫ ૫૮૦ ,,	૨)		
,, ,, ગ્રંથ ૨ લો-ભાગ ૬ થી ૬ ૬૮૦ ૫૧૧૧x૮	૨૧		
,, ,, ગ્રંથ ૩ લો-ભાગ ૧૦-૧૧ ૫૨૮ ૫x૮	૨)		



,,	,,	અંથ ૪ થો-ભાગ ૧૨-૧૩	૬૪૦	૫૧૧૧x૮૧	૨)
સ્વામી વિવેકાનંદ	અથ ૧	લો-ભા ૧-૨-૩	૫૭૫	૫૧૧x૮	૨૧
,,	,,	અથ ૨ જો-ભા. ૪-૫..	૬૦૦	,,	૨૧
,,	,,	ભાગ ૬ થી ૮ નોખા ...	૧૦૦૦	૫x૬૧૧૧	૩૧
,,	,,	ભાગ ૯ મો-સંપૂર્ણ ચરિત્ર	૭૪૦	૫x૬૧૧૧	૨૧૧
,,	,,	ભાગ ૧૦ મો-રાજયોગ...	૩૦૦	,,	૧૧
શ્રીભક્તચરિત્ર અથવા ભક્તિરસામૃત	...	...	૪૦૮	૫x૬	૧૧૧
શ્રીભજનસાગર-નવી આવૃત્તિ...	...	...	૨૦૦	૫x૮	૦૧૧
સ્વર્ગનું વિમાન	...	...	૩૮૪	૫x૬	૧૧૧
સ્વર્ગની કુંચી	...	...	૩૭૮	૫x૬	૧૧૧
સ્વર્ગનો ખજાનો...	...	...	૩૨૪	,,	૧૧૧
સ્વર્ગનો પ્રકાશ	...	...	૩૩૬	,,	૧૧૧
ભગવદ્ગીતા-ગુજરાતી ટીકાસહિત નવી આવૃત્તિ છપાય છે.					
ભગવદ્ગીતા-મરાઠી કે હિંદી ટીકાસહિત...			૨૩૦	૩૧x૫૧૧	૦૧
ભગવદ્ગીતા-મૂલમાત્ર-મધ્યમ તથા મોટા અક્ષરમાં	૦૧	અને	૦૧		૦૧
પંચરત્નગીતા-મૂલમાત્ર-નાના, મધ્યમ તથા મોટા અક્ષરમાં	૦૧, ૦૧, ૦૧				૦૧
મહાભારત અને રામાયણ-વિષે વિચારો	...	૨૦૦	૬૧૧x૧૦	૦૧	૧૧
શ્રીમહાભારત વિષે-જાણવા જોગ વિચારો	...	૩૨૮	,,		૧૧

### ઉત્સાહ અને ચેતનાપ્રેરક પુસ્તકો

શુભસંગ્રહ-ભાગ ૧ લો...	...	૧૯૨	૫x૬૧૧	૦૧
શુભસંગ્રહ-ભાગ ૨ જો...	...	૭૦૦	૬૧૧x૧૦	૨૧
શુભસંગ્રહ-ભાગ ૩ જો છપાય છે. સત્વર બહાર પડશે.				
આગળધસો...	...	૪૬૮	૫x૬	૧૧૧
આદર્શ દૃષ્ટાંતમાળા-ભાગ ૧ લો	...	૩૩૬	૫૧x૮	૧) =
,,	ભાગ ૨ જો	...	૩૯૨	,, ૧૧
અંકિમનિબંધમાળા-ધર્મતત્ત્વસાથે	...	૫૯૦	૫૧x૮	૧૧૧

ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ (સાદુ' પૂંકું) ... ..	૭૨૦	૫૪૬૧૧	૧૧
મુખ, સામર્થ્ય અને સમૃદ્ધિ ... ..	૫૫૨	„	૧૧

### ઇતિહાસ અને વૈદકસંખ્યાંથી ઉપયોગી પુસ્તકો

રાજસ્થાનનો ઇતિહાસ-ખેમોટા ગ્રંથોમા ...	૧૫૩૦	૬૧૧૧×૧૦	૧૦)
આર્યભિષદ્ અથવા હિંદનો વૈદરાજ ...	૭૦૦	૬૧૧૧×૧૦	૪)
આરોગ્યવિષે સામાન્ય જ્ઞાન-ગાધીજીકૃત ...	૧૪૦	૫૪૬૧	૦૧૮

### બોધદાયક ઉત્તમ જીવનચરિત્રો

દાનવીર કાર્તીકી ... ..	૪૦૦	૫૪૪૮	૧૧૧
શ્રીભક્તચરિત્ર ... ..	૪૦૮	૫૪૪૮	૧૧૧
મુસ્લીમ મહાત્માઓ ... ..	૫૮૨	૫૧૧૧×૮૧	૧૧૧
કાઉન્ટ ડોલ્ફસ્ટોયનું જીવનચરિત્ર... ..	૬૨૦	૫૧૧૪૮	૨૧૧
મહાન નેપોલિયન બોનાપાર્ટ ... ..	૮૪૦	૫૧૧૪૮	૩)
સ્વામી રામતીર્થની જીવનકથા ... ..	૬૪૦	„	૨)
સ્વામી વિવેકાનંદનું સપ્તર્ષી જીવનચરિત્ર .	૭૪૦	૫૪૬૧૧	૨૧૧
મહાન સમ્રાટ્ અક્બર .. ..	૩૫૨	૫૧૧૪૮	૧૧
શ્રી શિવાજી ઇત્રપતિ ... ..	૫૨૮	૫૧૧૪૮	૨૧
વીર દુર્ગાદાસ... ..	૨૪૦	૫૪૪૭	૦૧૧
ભારતનાં સ્ત્રીરત્નો-ગ્રંથ ૧ નો } ... ૨૧૦૦ ૫૧૧૧×૮૧ ૬)	છટક દરેક ભાગના ૩ ૨૧૧ }		
„ „ ગ્રંથ ૨ નો }			
„ „ ગ્રંથ ૩ નો }			

### સ્ત્રીઓ તથા પુરુષોમાટે બોધપ્રદ વાનાઓ

દુંડીવાર્તાઓ-ભાગ ૧ થી ૪ બેગા ... ..	૬૦૦	૫૪૪૮	૨)
દુંડીવાર્તાઓ-ભાગ ૫ થી ૨૮ આસાન્કિ વાનો ૮૦૪	૫૪૬૧૧	૦૧૧	
દુંડીવાર્તાઓ-ભાગ ૬ થી-બોધપ્રદ ૭૭ વાનો ..	૩૬૦	„	૧)
દુંડીવાર્તાઓ-ભાગ ૭ થી-અનેક વાનો ...	૨૫૦	„	૧૧૧

યાળુ માતા અને સદ્ગુણી પુત્રી ... .. ૧૬૦ ,, ૦  
બાળકોમાંટે ખાસ ઉપયોગી પુસ્તકો

સદ્ગુણી બાળકો-૬૯ બનાવોનો સંગ્રહ ... ૧૨૮ પા.ખા ૦  
 માળસદ્બોધ-વાર્તાઓરૂપે ધાર્મિક શિક્ષણ... ૧૧૨ પા.૬૧૧ ૦  
 માળકોની વાતો-૨સિક વાતચીતરૂપે ૨૧ પા. ૯૬ ,, ૦)  
 ડઃખમાં વિદ્યાભ્યાસ-સચોટ સાચા દૃષ્ટાંતો... ૯૦ પા.૪૮ ૦  
 સુબોધક નીતિકથા ... .. ૧૮૪ પા.ખા ૦

### ચિત્રો અને ચિત્રાવલીઓ

શ્રીમહાભારત ચિત્રાવલી ૨૬ ચિત્રોનો સુંદર સંગ્રહ ... .. ૧)  
 શ્રીરામાયણ ચિત્રાવલી ૩૬ ,, ,, ,, ... .. ૧)  
 મગવાન શ્રીકૃષ્ણમુરારી (ત્રિરંગી) ... .. ૧૪x૨૨ ૦  
 રૌપદી વસ્ત્રાહરણ (ત્રિરંગી) .... ... ૧૪x૨૨ ૦  
 ઉપરની ચિત્રાવલીઓના છૂટક ચિત્રો પણ મળશે.

### મંગાવનારને સ્વાસ સૂચના

૧-પોસ્ટેજ ઉપરાંત રજીસ્ટર તથા વી પી ખર્ચ પણ રૂ. ૧૦) પુધીનું રૂ. ૦૧ જૂદું લાગે છે. ૨-મંગાવેલામાંનાં જે પુસ્તકો ન આવે તે ખલાસ સમજવા. ૩-પૂરૂ મૂલ્ય પ્રથમથીજ મોકલીને દશેક રૂ. ના પુસ્તકો રેલરસ્તે મંગાવવાથી વધારાના પેકીંગ ખર્ચ રૂ. ૦૧ અદશે તો- પણ કુલ ખર્ચ બહુ ઓછો આવશે. ૪-મહાભારત સાથે રૂ. ૧૦૦)ના, અથવા મહાભારત સિવાયના રૂ. ૨૫) ના પુસ્તકો લેનારને અમદાવાદમાં ૧૨૧૧ ટકા કમીશન મળશે અને મહાભારત સાથે ૩૦૦) ના અથવા તે સિવાયના ૧૦૦) ના લેવાથી ૧૫ ટકા મળશે.

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય-અમદાવાદ અને મુંબઈ

ઉત્તમ પુસ્તકો જૂજ કિંમતે પૂરાં પાડનારી, ૧૮ વર્ષથી ચાલતી

## વિવિધ ગ્રંથમાળા

દરવર્ષે ૫૫×૮ અને ૫×૯ ના કદનાં ૧૬૦૦ પૃષ્ઠનાં વિવિધ વિષયનાં ઉત્તમ પુસ્તકો પો. સાથે માત્ર ૪) અને પાકાં પૂઠાં સાથે ૫) માં મળે છે.

સં. ૧૯૮૩માં “મુસ્લીમ મહાત્માઓ” નીકળી ચૂક્યું છે. તથા “શુભ-સંગ્રહ ભાગ ત્રીજો” “છોટમની વાણી-ભાગ બીજો” અને “ભારતના વીર-પુરુષો” ની સંશોધિત બીજી આવૃત્તિ, એ પુસ્તકો થોડાજ માસમા નીકળશે.

૧૯૮૪ માં-સંતવાણી તથા સ્વર્ગના પુસ્તકોમાથી તેમજ શુભસંગ્રહ અને ટુંકી વાર્તાઓના નવા ભાગો, સલાગ્રહ અને અસહકાર, ટાંગોર-કૃત ભારતધર્મ, જેમ્સ એલનના પુસ્તકો, ભારતીય નીતિકથાઓ, સ્વામી વિવેકાનંદનો જ્ઞાનયોગ, સુબોધ રતનાકર, વિજયકૃષ્ણ ગોસ્વામી અને ભાસ્કરનંદ સ્વામી ઇત્યાદિ ઉત્તમ ચરિત્રો ઇત્યાદિ નીકળશે.

## આ માળાના આગલાં વર્ષોના હજી મળતા સેટ

૧૯૭૬નાં ત્રણ પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૫૦૦, રૂ. ૨૫, પાકાં પૂઠાં ૩૫, સ્વામી વિવેકાનંદ ભાગ ૬-૭, ભાગ્યના સ્પષ્ટાઓ, ટુંકી વાર્તાઓ ભાગ ૬નો.

૧૯૭૭નાં ત્રણ પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૫૦૦, રૂ. ૩૫, પાકાં પૂઠાં ૪૫, ટુંકી વાર્તાઓ ભાગ ૭ મો, કાઉન્ટ ટાઈસ્ટોય, સ્વામી વિવેકાનંદનો રાજયોગ

સંવત ૧૯૮૦ નાં ત્રણ પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૬૦૦, મૂલ્ય ૪, પાકાં પૂઠાં ૫) સ્વામી રામતીર્થ ભાગ ૧૦-૧૧, નેપોલિયન જોનાપાર્ટ, અકિમકૃત ધર્મતત્ત્વ

સંવત ૧૯૮૧ નાં ચાર પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૬૦૦, મૂલ્ય ૪, પાકાં ૫) સ્વામી રામતીર્થ ભાગ ૧૨-૧૩, યોગતત્ત્વ, સ્વર્ગનો પ્રકાર, આદર્શ દેશનમણી.

સંવત ૧૯૮૨નાં પુસ્તકો-જ્ઞાનવીર કાર્તિકી, શુભસંગ્રહ ભાગ ૨નો, રામાયણ અને મહાભારતનો વિચારો, આદર્શ દેશનમણી ભાગ ૨નો.

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય-અમદાવાદ અને મુંબઈ

# દરેક ધરમાં તીજેરી

આપણા ચોરો હોશિયાર થવા લાગ્યા છે અને તીજેરીઓ ફાડવા માડી છે, એ સૌ કોઈ જાણે છે. એવા ચોરોની ચાલાકીથી બચવાને ગોદરેજે નવી જાતની પોતાની પેટ'ટ કરેલી શોધની ચોરના હથિયાર તેમજ આગ સામે ટકે એવી તીજેરીઓ બનાવવા માડી છે. એ તીજેરી માપમા ૧૪ ઈંચ ઉંચી, ૧૮ ઈંચ પહોળા અને ૧૫ ઈંચ ઊંડી છે. ચોર તેમજ આગસામે ટકે એવી હોવા છતાં કિંમત ફક્ત રૂ. ૯૦ છે. દરેક ધરમાં વપરાય એવા હેતુથી મોટી સંખ્યામાં બનાવવામાં આવી છે અને તે કારણે નાની કિંમતે વેચી શકાય છે. એ તીજેરી કપાટની અંદર રાખી શકાય એવી છે એ તીજેરીઓ તેમજ હાલમાં બનાવવા માંડેલી પેટ'ટ કરેલી શોધની મોટી સાડા છ ફુટ ઉંચી બે દરવાજાની શોભાય-માન લોખંડની કપાટ જોનાર કોઈકેજ એવા હોય છે કે જે ખરીદવાનું મન કરે નહિ.

**ગોદરેજનું કારખાનું** { કારખાનું-ગેસ કંપની પાસે-પરેલ-મુખર્ધી  
દુકાન-વિક્રલવાડીના નાકે-કાલબાદેવી

ગોદરેજના શુદ્ધ તેલના નંબર ૩ વાળા નવા અને સસ્તા

## નહાવાના સાબુ

ત્રણ મોટી ગોટીના બૉક્સના ૧૦ આના આ નંબર ૩ વાળા સાબુ પણ નંબર ૧ અને ૨ વાળા સાબુની માફક શુદ્ધ તેલના બને છે અને કોઈ પણ જાતના ભજ વિનાના હોય છે.

નંબર ૧ અને ૨ મા લોખાનનો અર્ક વગેરે નાખવામાં આવે છે તેથી તે મોઢા હોય છે.

નંબર ૩ મા તેવું કશું નહિ હોવાથી સસ્તા હોય છે.

એસ્પેનેડ રોડ, કોટ,  
મુંબઈ

} સોલ એજન્ટ  
નાદરશાહ પ્રિન્ટર એન્ડ કંપની.







